ॐ

॥ सन्ध्योपासनम् ॥

ஸந்த்யோபாஸனம்.

தொகுத்தோன் :

ஆதித்ய சிதம்பரம்.

MADRAS :

1935

விலை] *All Rights Reserved.* [அணா 8.

PRINTED AT THE
HINDI PRACHAR PRESS,
TRIPLICANE, MADRAS.

FOREWORD.

I feel it to be a privilege to write a foreword to this work by Mr. A. Chidambara Iyer on *Sandhya Upasana.* That the hold of *Sandhya* on the educated (?) Indian mind is lessening to-day is a mourned and mournful fact. I have often felt that it is not that *Sandhya* is being abandoned by us but that it is we that are being abandoned by the *Gayatri Devi* as being unworthy of her grace. Let us not lay the flattering unction to our souls that we can accept or reject Her at our pleasure as if we can order Her about like a scullery maid. The Holy Grail was seen by Sir Galahad but not by Sir Loncelot !

But it is true, at the same time, that at least a part of the unfortunate situation is due to the lack of effort on our part to teach the meaning of *Sandhya* and to make it attractive to our boys. When we make it a Tibetan prayer-wheel, how can we complain if the rational mind of to-day refuses to work blindly the merry-go-round prayer-wheel by means of a blind mechanical process ? Mr. Chidambara Iyer has done a noble piece of uplift work by quickening a new life inside the dry bones. He has given us an excellent preface (*Peetikai*)

gathering up all the valuable and fruitful ideas connected with *Sandhya Upasana* and has given us also a correct and elaborate interpretation of the *Sandhya mantras*. यदेव विद्यया करोति श्रद्धयोपनिषदा तदेव वीर्यवत्तरं भवति ॥ योऽर्थवित् सकलं भद्रमश्नुते ॥ Manu says: न गायत्र्याः परं मन्त्रं न मातुः परदैवतम् ॥ He says further: सावित्रीमात्रसारोऽपि वरं विप्रः सुयन्त्रितः॥ स्नानं सन्ध्या जपो होमः देवतानां च पूजनम् । आतिथ्यं वैश्वदेवं च षट्कर्माणि दिने दिने ॥ Again he says: जप्येनैव तु संसिध्येद्ब्राह्मणो नात्र संशयः । कुर्यादन्यं न वा कुर्यान्मैत्रो ब्राह्मण उच्यते ॥ Let not any Brahmin bemoan that the times are unpropitious for doing all the duties commanded or recommended in the Sacred lore. Here is the essence of all the Vedas which form the essence of the universe. Whenever I conjure up the vision of the *Gayatri Mantra* uttered during aeons by countless lips, I feel a combined self-abasement and self-exaltation. Who am I, a mere worm, to utter it! And yet by uttering it, to what a brotherhood I belong!

Love of God is the inalienable right and joy of every man and is found in all religions. But Hinduism has amplified that love and made it more practical by its concepts of the Fatherhood and Motherhood and even Sonhood of God and by its concept of *Avatara* and by its combination

of the concepts of Form and Formlessness of God. The most wonderful of all the symbols and manifestations of the Infinite are Sun and Fire and our worship of these is one of our proudest and most cherished possessions.

Further, such worship will not only bring us *Chitta suddhi* and fit us for *Brahma Gnana* but it will also give us health and strength and longevity. Who does not long for these? Manu says: ऋषयो दीर्घसन्ध्यत्वात् दीर्घमायुरवाप्नुयुः ॥ The Sun is not a mere mass of incandescence. He is Deity, is the friend of the Universe (मित्रं विश्वस्य मित्रं), is the source of life (प्राणिनां प्राणभूतं), is the giver of happiness (लोकानन्दं वितन्वन्), is the remover of grief and delusion and pain and disease (शोकमोहव्यसनमदहरः), is the ruler of Time (कालचक्रप्रणेता), is the teacher of all men (अखिलगुरुः) and is the ocean of mercy (कारुण्यराशिः). I shall quote in conclusion a beautiful stanza which sums up the Sun's glory and the value of *Sandhya*.

सावित्राष्टार्णमन्त्रप्रकटितविभवं ह्यादिजं विश्वस्रष्टे-
रादित्यं रश्मिमालाकवचितवपुषं योगियोगैकलभ्यम् ।
आधिव्याधिप्रणुन्नाखिलजनभिषजं सर्वलोकैकचक्षुः
संज्ञाच्छायाप्रियाभ्यामनिशमनुसृतं संश्रये रुक्प्रशान्त्यै ॥

MADRAS,
14th Sept. 1935.

K. S. RAMASWAMI SASTRI.

ॐ

यो देवस्सविताऽस्माकं धियो धर्मादिगोचराः ।
प्रेरयेत्तस्य यद्भर्गस्तद्वरेण्यमुपास्महे ॥ १ ॥

PREFACE.

None need be apologetic about any effort he makes, however humble it be, to help his co-religionists in appreciating the greatness of their religion and in practising the observances prescribed for their spiritual progress. The observance of *Sandhya* prayers is the best, but by no means the last that a Hindu could do to live his religion. But the various factors, which have influenced national and communal life and affected the ways and beliefs of people, have made the Brahmin indifferent to their observance. Worse still, some do not believe in them at all.

This tiny book, it is hoped, will persuade the latter class to realise the significance of these prayers and appreciate their importance in daily life. It claims to be an aid to the former class in continuing to offer these prayers by uttering the *mantras* with an understanding of their meaning.

I had intended to include in this book the *mantras* recited by the followers of the different *Sakhas*, but that appeared to be beyond the scope of the book. So the *Sakha* of the *Yajurvedins* alone, as they form a larger portion than those of

other *Sakhas*, is chosen. And in selecting this *Sakha*, the text as followed by both Dravidas and Andhras is given.

There are several books on the *Sandhya Upasana*. Some of them are entirely in Tamil, but this book is both in Tamil and Sanskrit. Sanskrit helps the correct pronunciation and Tamil to understand the meaning clearly. An attempt is made to indicate the *Swara*. In giving the *mantras* in Sanskrit the transliteration in Tamil is also added. Each *mantra* is explained word by word.

I am greatly indebted to Dewan Bahadur K. S. Ramaswamy Sastriar, retired District Judge, for his encouragement to me in this effort. He combines in himself the breadth of vision and the synthetic outlook of one, educated under the western system of education, and the depth of scholarship, individuality and ardent devotion to national culture, of one learned in our own classic and in the *Shastras*. And his great virtues are simplicity and consideration to all. I am grateful to him for the readiness with which he agreed to introduce my work to the public.

MADRAS,
Oct. 7, 1935.

A. CHIDAMBARAM.

விஷய ஸூசிகை.

பீடிகை—ஸந்த்யோபாஸனம், நித்யநைமித்திக கர்மாக்கள், வேதங்கள், வேதாங்கங்கள், மந்த்ரங்களின் அர்த்தம் அறிய வேண்டுவதின் அவசியம், ஸந்த்யையின் கருத்தும் பயனும், முதலிய விஷயங்கள் அடங்கியுள்ளன. 1

ஸந்த்யோபாஸனம்—ஸந்த்யையின் காலம், நியமம் முதலியன. 13

ஆசமனம் 17

பூதோச்சாடனம் 25

அவிக்னப்ரார்த்தனை 25

ப்ராணாயாமம் 27

ஸங்கல்பம் 36

மார்ஜனம் 36

மந்த்ராசமனம் 39

புனர்மார்ஜனம் 43

அகமர்ஷணம் 48

அர்க்யப்ரதானம் 49

ப்ராயஸ்சித்தார்க்யம் 53

ஆத்ம ப்ரதக்ஷிணம் 53

ஸந்த்யாங்க தர்ப்பணம் 54

ஜபம்	56
ஆவாஹனம்	56
ந்யாஸமும் த்யானமும்	63
காயத்ரீ மந்த்ர ஜபம்	66
காயத்ரீ ப்ரஸ்தானம் (விஸர்ஜனம்)	70
உபஸ்தானம்	72
திக் தேவதாதி நமஸ்காரம்—திக் தேவதா நமஸ்காரம், ரிஷி நமஸ்காரம், தேவதாதி நமஸ்காரம் ...	81
க்ஷமாபணம்	83
ஸ்தோத்ரங்கள்—மந்த்ரங்களும் ச்லோகங்களும்	84
அபிவாதனம்	90
ஸமர்ப்பணம்	93

ௐ

பீடிகை.

ஆஸ்திக மக்களாகப் பிறந்த நாம் ஒவ்வொருவரும் சில கடமைகளுக்கு உட்பட்டிருக்கின்றோம். உண்டு, உறங்கி, மகிழ்ந்து கொண்டதே கோலமாகக் கொள்ளுவது சிரேயஸ்ஸை விரும்புகிறவர்களின் குணமாகாது. எண்ணிறந்த ஜீவராசிகளிற் சிறந்ததும் பகுத்தறிவோடு கூடியதுமான உத்தம மானிடப் பிறவியை நமக்குத் தந்து, தேவையான பொருள்கள் பலவற்றையும் படைத்த இறைவனை வணங்கி ஆன்ம உணர்வு பெறுதலால் வாழ்வின் மேன்மையை எய்துதலே நம் கடமைகளுள் சிறந்ததாகும். கடவுள் வணக்கமென்பது, அறிவின்மையால் நாம் செய்த குற்றங்கள் பலவற்றையும் மன்னித்தருளுமாறு இறைவனைப் பிரார்த்தித்து, சஞ்சலத்தை இயல்பாகவுடைய நமது மனதை அவன் பால் நிறுத்துவதே. ஆரியரிற் சிரியராகிய நாம் ஒழுகும் மனப் பயிற்சியே ஸந்தியோபாஸன மெனப்படும்.

ஸந்தியோபாஸனம் நித்திய கருமங்களுள் முக்கியமானதாகும். ஒவ்வொரு த்விஜனும் செய்யவேண்டுமென விதிக்கப்பட்டுள்ள கர்மாக்கள் முக்கியமாய் நித்தியங்களெனவும், நைமித்திகங்களெனவும் இருவகைப்படும். நாடோறும் செய்யவேண்டுவனவே நித்தியங்களாம். அவை ஸந்தியோபாஸனம், ஔபாஸனம்—பிரம்மசரிய காலத்தில் ஸமிதாதானம்—பஞ்சமஹா யக்ஞங்களெனப்படும் பிரம்மயக்ஞம், தேவயக்ஞம் (அக்நிஹோத்ரம்), பித்ருயக்ஞம், பூதயக்ஞம், மானுஷ (அதிதி)யக்ஞம் என்ற ஐவகை யக்ஞங்கள் முதலி

யன. நித்திய கருமங்களை யனுஷ்டித்தலால் தூயமனோநிலை ஏற்படுகிறது. நைமித்திகங்களென்றால் ஒன்றை நிமித்தமாகக்கொண்டு செய்யப்படவேண்டுவன. அவை ஆவர்த்தகங்களென்றும், ஸம்ஸ்காரங்க ளென்றும் இருபிரிவுறும். ஆவர்த்தகங்களென்பன மாறிமாறி வந்து கொண்டேயிருப்பன. இவை, அமாவாஸ்யை, மாஸப்பிறப்பு முதலிய காலங்களில் செய்யும் சிராத்த தர்ப்பணாதிகள், உபாகர்மமெனும் வேதாரம்பச்சடங்கு முதலியன. அவித்யையால் சூழப்பட்ட ஜீவனைச் சீர்திருத்திப் பரிசுத்தனாக்குவதன் பொருட்டு மானிட வுற்பத்திக்குக் காரணமேற்படுமுதல் மானிட வுடலழியும் வரை அவ்வப்போது செய்யவேண்டுமென்று விதிக்கப்பட்டுள்ள கர்ப்பாதானம், பும்ஸவனம், ஸீமந்தம், ஜாதகர்மம், சௌளம், உபநயனம், விவாஹம், மரணக்ரியை முதலியனவே ஸம்ஸ்காரங்கள். இவற்றுள் உபநயனமென்ற ஸம்ஸ்கார காலந்தொட்டுத்தான் ஸந்தியோபாஸனம் செய்யவும் வேதங்கற்கவும் உரியவன் ஆகின்றான். அப்போழ்தே த்விஜன் (இருபிறப்பாளன்) எனப்படுகின்றான். இயற்கையில் தாயின் கருவினின்று வெளியாதல் ஒரு பிறவியும், மெய்ஞ்ஞானமளிக்கும் வேதமோத அதிகாரம் பெறுதலால், அஞ்ஞானத்தினின்று வெளியாதல் மற்றொரு பிறவியுமாக இரு பிறவியுடையவனாகின்றான். உபநயனம் என்ற சொல் அருகில் ஏகச்செய்தல், ஆசானருகே அமர்ந்து ஜீவ-ஈசுவர ஸம்பந்தத்தையறிதல், எனப் பொருள்படும்.

மேற்கூறிய கர்மாக்களில் ஓதும் மந்திரங்களும், சிற்சில தந்திரங்களும், ரிக், யஜுஸ், ஸாமம் என்ற அவரவர் வேத சாகைகளுக்குத் தக்கவாறு மாறுபடுகின்றன. அதர்வமென்ற மற்றொரு சாகை பெரும்பாலும் இஷ்டகாரிய

ஸித்தியை யடையவேண்டி ஓதும் மந்திரங்களையும் சஸ்திர வித்தையையும் போதிக்கும் நூலாக இருத்தலால் இதைப் பின்பற்றுகின்ற தனித்தொரு சாகையினர் தற்காலம் இருப்பதாகக் காணோம். பொருளடக்கத்தைக்கொண்டு வேதங்கள், ஸம்ஹிதை என்றும் பிராம்மணம் என்றும் இருபிரிவுறும். ஸம்ஹிதை மந்திரபாக மெனப்படுகிறது. இம்மந்திரங்கள் ரிக் என்ற இலக்கணமுடைய அளபெடைச் செய்யுளுருவாயும், யஜுஸ் என்ற அளபு இல்லாத விதிகள் அல்லது துதிகளாகவும், ஸாமம் என்ற இசை யேற்றிய ரிக்குக்களாகவும் இருக்கின்றன. பிராம்மணம் என்றது பெரும்பாலும் வசன நடையில் அமைந்து ஸம்ஹிதை களுக்கு விரிவுரை போன்றது; மந்திரங்களின் பொருளை யும், அவை உபயோகப்படும் சந்தர்ப்பங்களையும், அவை ஸம்பந்தமான கதைக் குறிப்புகளையும் உடையது. பிராம் மணங்களின் அனுபந்தமாக ஆரண்யகங்கள் எனப்படுவன சேர்க்கப்பட்டுள்ளன. அரண்யத்தில் அத்தியயனஞ் செய் யப்பட வேண்டுமென விதித்துள்ளமையால் இவை ஆரண் யகங்கள் எனப் பெயர் பெற்றன. இவற்றின் இறுதிப் பாகங்கள் அநேகமாக உபநிஷதங்களாக இருக்கின்றன.

வித் (அறி) என்ற தாது வினின்று வேதம் என்ற சொல் உண்டாயிற்று. ஆதலால் வேத மெனின் அறிவு எனப் பொருள்படும். அதாவது இஹபர ஸுகங்கள் அனைத்தையும் பெறக்கூடிய ஸகலவித அறிவுகளையும் உடையனவாம். இவ்வேதங்கள் அனைத்தும் அபௌரு ஷேயம்; என்றால், மனிதரால் ஆக்கப்பட்டவையல்ல. கடவுளிடத்தினின்றே தோன்றியதாகும். நிறை மொழி மாந்தராகிய ரிஷிகளின் ஞானத்ருஷ்டியால் அவ்வப்போது காணப்பட்டன. இவ்வாறு காணப்பட்ட வேதங்களை துவா

பரயுகமுடிவில், ஸ்ரீ கிருஷ்ணத்வைபாயன வியாஸர் என்பார் ரிக், யஜுஸ், ஸாமம், அதர்வம் என்று நான்கு சாகைகளாகத் தொகுத்துத் தம் சீடர் நால்வருக்கும் முறையே ஒரு சாகையைக் கற்பித்துப் பிரசாரம் செய்யச் செய்தார். சீடமரபிலே வருகையில் ஒவ்வொரு சாகையிலும் அநேக உட்பிரிவுகள் ஏற்பட்டன.

ரிக்வேதம்—ரிக் என்ற செய்யுட்களாலேயே ஆக்கப் பெற்றதால் இஃது இப் பெயர் பெற்றது. வியாஸரின் சீடரான பைலர் என்பவருடைய மரபில் வந்த இச்சாகையில் பல பிரிவினர் இருந்ததாக அறியப்படினும், இக்காலம் சாகலர் என்ற ஒரு பிரிவினரே காணப்படுகின்றனர். இச்சாகல ஸம்ஹிதை மண்டலங்களெனும் பத்துப்பாகங்களாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. ஒவ்வொரு மண்டலமும் அநுவாகங்களெனவும், பல மந்திரங்களடங்கிய ஸூக்தங்களெனவும் வகுக்கப்பட்டுள்ளது. மந்திரங்களின் தொகையையனுசரித்து எட்டுப் பாகங்களாயும், ஒவ்வொரு பாகமும் (அஷ்டகமும்) அத்தியாயங்களாகவும், பல மந்திரங்களடங்கிய வர்க்கங்களாகவும் மற்றொரு வகையாக வகுக்கப்பட்டுள்ளது. இவ்வாறு வகுத்தவர் முறையே சௌனகரும், காத்யாயனருமாம். ஐதரேயம், கௌஷிதகீ என்ற பிராம்மணங்கள் இச்சாகையைச் சார்ந்தன.

யஜுர் வேதம்—இச்சாகை வைசம்பாயனர் மரபில் வந்தது. கிருஷ்ண யஜுஸ் என்றும் சுக்ல யஜுஸ் என்றும், யஜுர் வேதம் இரு வியக்தமான பிரிவுகளை யுடையது. கிருஷ்ண யஜுஸ்ஸம்ஹிதை, மந்திரங்களும் பிராம்மணங்களும் இடையிடையே கலந்துள்ளது. மற்றது மந்திர பாகமும் பிராம்மண பாகமும், தனித்தனியே ஒருங்கு

செய்யப் பெற்றது. யஜுர் வேதம் இவ்வாறு இருபிரிவு கள் அடைந்ததற்குக் கீழ்க்கண்ட வரலாறு நம்மிடையே வழங்கப்படுகிறது: வேதவியாஸரிடமிருந்து பெற்ற யஜுர் வேதத்தை வைசம்பாயனர் தம் சிடருக்குக் கற்பித்துவரு கையில், சிட்ரில் ஒருவராகிய யாக்ஞவல்கியர் அபிப்பிராய பேதங்கொண்டு சற்று வணக்கமின்றி நடந்து கொண்டதால், தம் சிடவர்க்கத்தினின்றும் யாக்ஞவல்கியரை விலக்கினர். வாஜஸனியின் புத்திரரான யாக்ஞவல்கியர் வைசம்பாயனரை விட்டு அகன்று, ஆதித்தியனைக் குறித்துத் தவம் புரிந்து, மந்திரங்களை யொருங்கே யமைத்த புதிய தொரு ஸம்ஹிதை யையும் அதற்கு ஒரு பிராம்மணத்தையும் தொகுத்தார். வாஜஸனியின் புத்திரரால் தொகுக்கப்பட்டமையால் அது வாஜஸனேய ஸம்ஹிதை என்றும், பிராம்மண-ஸம்ஹிதா பாகங்களைப் பிரித்துப் புதுப்பித்தமையால் சுக்ல யஜுஸ் என்றும் வழங்கப்படுகிறது. இவர் தொகுத்த பிராம்மணம் நூறு அத்தியாயங்களுள்ளதால் சதபதம் எனப்படுகி றது. வைசம்பாயனர் கற்பித்த முறைப்படி கற்றுப் பிரசாரம் செய்துவந்தவர் தித்திரி என்பவராவர். ஆத லால் அச் சம்ஹிதை தைத்திரீயமெனப்படுகிறது. ஸம் ஹிதையில் இடையிடையேயுள்ள பிராம்மண பாகங்களைத் தவிர்த்துத் தனியே ஒரு பிராம்மணம் உண்டு. அது தைத்திரீய பிராம்மணம் எனப்படுகிறது. பழைய முறைப் படியே யுள்ளதால் இந்தச் சாகையை கிருஷ்ண யஜுஸ் என்பர். கிருஷ்ண யஜுர்வேதத்தில் 86 உட் பிரிவு களும், சுக்ல யஜுர்வேதத்தில் 15 மாக யஜுர்வேதத்தில் 101 பிரிவுகள் இருந்ததாகக் கூறுகின்றனர். தற்காலம் வழங்கும் காடகம், காபிஷ்ட காடகம், மைத்ராயணீயம், தைத்திரீயம் என்பன கிருஷ்ண யஜுர்வேதத்தைச் சேர்ந்

தவை. சுக்ல யஜுஸ்ஸிலும் காண்வம், மாத்யமிகம் என்று இருபிரிவுகள் காணப்படுகின்றன.

ஸாமவேதம்—மந்திரங்களிற் பெரும்பாலும் ரிக்வேத மந்திரங்களே. மந்திரங்களுக்கேற்ற இசையேற்றிக் கானம் செய்யப்படுகின்றன. வேதவியாஸரிடமிருந்து இச் சாகையைக் கற்றுப் பிரசாரம் செய்துவந்தவர் ஜைமினி என்பவராவர். கௌதுமர், ராணாயணீயர் என்ற இரு பிரி வினர் இச்சாகையில் உளர். தண்டியம், ஜைமினீயம் (தலவ காரம்) என்ற பிராம்மணங்கள் ஸாமவேதத்தைச் சார்ந்தன.

அதர்வவேதம்—ஸுமந்து என்ற சீடரது மரபில் வந்த இச்சாகை சௌனகம், பைப்பலாதம் என்ற இரு பிரிவுகளை உடைத்து. கோபதம் என்ற பிராம்மணம் இச் சாகையைச் சேர்ந்ததாகும்.

இவையன்றிக் கிலம் என்று சில ரிக்குக்கள் ரிக் வேதத்தின் அனுபந்தமாகச் சேர்க்கப்பட்டுள்ளன. ஸம் ஹிதை, பிராம்மணம், ஆரண்யகம், உபநிஷதம் என்ற பல பிரிவுகளுடைய வேதங்களனைத்தும், சீடமரபில் காதாற் கேட்டு இதுகாறும் கற்கப்பட்டு வருகின்றமையால் இவை 'ஶ்ருதி' எனப்படுகின்றன. இவ்வேதங்களை உச்சரிக்க வேண்டிய முறை, பொருள்கொள்ளுவது, உபயோகிக்க வேண்டிய காலம் முதலியன வேதாங்கங்கள் எனப்படும் நூல்களில் கூறப்பட்டுள்ளன. சிக்ஷை, வியாகரணம், சந்தஸ், நிருக்தம், ஜ்யோதிஷம், கல்பம் என்று வேதாங்கங் கள் அறுவகைப்படும். சிக்ஷையென்று வழங்கப்படுவது ஒலியிலக்கண நூல்களாம். வேத வொலிகள் (ஸ்வரங்கள்) ஸாதாரணமாக உதாத்தமென்றும், அனுதாத்தமென்றும், ஸ்வரிதமென்றும் மூவகைப்படும். உதாத்தம் எடுத்த

லோசையும், அநுதாத்தம் படுத்த லோசையும், ஸ்வரிதம் நலிதலோசையுமாம். சாகை வேறுபாட்டால், இவ் வோசைகளை யுரைத்தலில் மாறுபாடுகள் உண்டு. அன்றி வேறு சில ஓசைகளும் உண்டு. இவற்றை ஒருவர் முகமாகக் கற்றலன்றி நேர்முறையில் உச்சரிக்க இயலாது. யாப் பிலக்கண நூல்களே சந்தஸ் எனப்படும். நிருக்தமென் பது வேதங்களிலுள்ள அருஞ் சொற்களின் பொருளையும், உரைசெய்யப்பட வேண்டிய முறையையும் உடையது. கர்மாக்கள் செய்யவேண்டிய காலங்களை அறிவதற்கு இன்றி யமையாதவான சாஸ்திரமே ஜ்யோதிஷமாம். கல்ப ஸூத்ர மெனும் நூல்களில் ஒவ்வொரு சாகையினரும் செய்ய வேண்டிய நித்திய நைமித்திகங்களின் முறைகள் வரையப் பெற்றுள்ளன. ரிக் வேதியருக்கு ஆச்வலாயனர், ஸாங்கி யாயனர் என்பாரும், ஆபஸ்தம்பர், போதாயனர், பரத் வாஜர், வராஹர், ஹிரண்யகேசி (ஸத்யாஷாடர்) என்பார் கிருஷ்ணயஜுர்வேதியருக்கும், காத்யாயனர், பாரஸ்கரர் என்பார் சுக்லயஜுர் வேதியருக்கும், ஸாமவேதியருக்குக் கோபிலர், த்ராஹ்யாயணர் என்பாரும் கல்பஸூத்திரங்களை இயற்றியுள்ளார். அதர்வ வேதமந்திரங்களை உபயோகிக்க வேண்டிய முறைகளைப் பற்றிக் கௌசிகரென்பார் ஒரு கல்ப ஸூத்திரம் வரைந்துள்ளார்.

இங்கு உரை செய்யக்கொண்டுள்ள க்ருஷ்ண யஜுர்வேத ஸந்தியோபாஸன மந்திரங்கள் பெரும்பாலும் தைத்திரீய ஸம்ஹிதையிலும், ஆரண்யகத்திலுமே உள்ளன. இம்மந் திரங்களிற் சில வேறு சாகைகளிலும் காணப்படும். கால தேச வேறுபாட்டினால் ஏற்பட்ட திராவிட, ஆந்த்ர ஸம்பிர தாயத்தால் மந்திரங்களிலும், சுலோகங்களிலும் சில ஏற்றத் தாழ்வுகள் உள. அவை ஆங்காங்கு குறிக்கப்பட்டுள்ளன.

ஸந்தியோபாஸனம் பிரார்த்தனை என்று விடத்து நாம் ஓதும் மந்திரங்களின் பொருளையும் கருத்தையும் உணராவிடின் அவை பூர்ண பலனைத் தரவல்லவை யன்று; பசுங்கிளிபோன்று கருத்து அறியாது மந்திரங்களை ஓதுவது பயனற்றதென்று வேதங்களே முறை யிடுகின்றன.

ऋचेऽक्षरे परमे व्योमन् यस्मिन्देवा अधिविश्वे निषेदुः ।
यस्तन्न वेद किमृचा य इत्तद्विदुस्त इमे समासते ॥ ரிக் 1-164-39.

[அழிவற்றதும், சிறந்ததும், பரந்துமான எந்த வேதத்தில் ஸகல தேவதைகளும் இருப்பிடங்கொண்டுள்ளனவோ அதை அறியாத ஒருவன் அவ் வேதத்தைக்கொண்டு யாது செய்வான்? (ஒன்றும் செய்ய முடியாது). எவன் அதை அறிவனோ அவனே இவற்றை (தேவதா சக்திகளை) அடைவான்.] என்று ரிக்வேதத்திலும்,

स्थाणुरयं भारहारः किलाभूदधीत्य वेदं न विजानाति योऽर्थं ।
योऽर्थज्ञ इत्सकलं भद्रमश्नुते नाकमेति ज्ञानविधूतपाप्मा ॥ 1-18-20.

[எவன் வேதத்தை மனப்பாடம் செய்து, பொருளை உணரவில்லையோ அவன் ஒரு சுமை தாங்கியே ஆவன். எவன் பொருளை உணர்வனோ அவனே ஸகலவித ஸுகத்தையும் அடைகின்றான். ஞானம் பெற்றுத் தீவினை நீங்க, இன்ப உலகு எகுகின்றான்] என்று யாஸ்க முனிவரது நிருக்த நூலிலும், மற்றும் பல விடங்களிலும் மந்திரத்தின் கருத்தறிய வேண்டுவதன் அவசியம் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. ஆதலால் அனுதினமும் நாம் ஓதிவரும் ஸந்தியையின் கருத்தை ஒருவாறு அறிவது இன்றியமையாததென்பது நன்கு விளங்கும். ஸந்தியோபாஸனம் ஒருவகையான பிரார்த்தனை யாதலால் அவரவர் தாய்மொழியென வழங்கப்படும் பாஷைகளில் ஏன் ஓதக்கூடாதென ஆரியத்தின் பெருமையுணராத மக்களிற் சிலர் ஆது

நிகமாயையில் ஆழ்ந்து சம்சயிக்கின்றனர். தபோபலம் மிக்க ரிஷிகளால் ஆதரிக்கப்பட்டு வந்த தேவ பாஷையெனும் ஸம்ஸ்க்ருத பாஷைக்கு ஓர் அபூர்வ சக்தியுண்டு. நவீன தத்துவ சாஸ்திரிகளும் இதை ஆதரிக்கின்றனர். பாஷைகளில் பூர்ணமானது ஸம்ஸ்க்ருதமே. அன்றி மந்திரங்கள் பாஷாந்தரம் செய்யப்படின் அவற்றின் சொல்லினிமையும், பொருளின் பெருமையும் மலினமடைந்துவிடும். உதாரணமாக, காயத்ரீமந்திரத்தை வேற்று மொழியிற் பெயர்த்தால் அதன் கம்பீரமும், அர்த்த புஷ்டியும் குறைந்துவிடுவது நன்கு விளங்கும். ஆகலால் பூர்ணபாஷையும், தேவபாஷையும், தபோதனர்களால் கையாளப் பெற்று வந்த பூர்வபாஷையுமான ஸம்ஸ்க்ருதத்திலேயே, வேத மந்திரங்களை முன்னாளில் எவ்வொலியுடன் உரைத்து வந்தனரோ அதே ஒலியுடன் இந்நாளும் ஓதிவர 'ஒரு சக்தி பிறக்குது மூச்சினிலே' என்றபடி மனக்கிளர்ச்சியும் ஆனந்தமும் ஏற்படும்; ஆன்ம உணர்வுக்கும் முக்கிய ஸாதனமாகும்.

இச்சந்தியோபாஸனம் வேதகாலந்தொட்டு அநுஷ்டித்துவரப்படுகின்றது. தைத்திரீய ஆரண்யகத்தில் அர்க்கியங்கொடுப்பது பற்றியுள்ள அர்த்தவாதமே இதற்குச் சான்றாகும். அன்றி **अहरहः सन्ध्यामुपासीत** [நாடோறும் ஸந்தியோபாஸனை செய்யவேண்டும்] என்ற விதிவாக்கியமும் ஶ்ருதியில் உளது. ஸந்தியை செய்ய வேண்டுவதன் அவசியத்தைக்குறித்து, **शक्तिमानुदिते काले स्नानं सन्ध्यां न हापयेत्** [சரீர பலம் உள்ளவரையில் காலத்தில் ஸ்நானம், ஸந்தியை இவற்றை விடக்கூடாது] என்று வியாஸரும், **सन्ध्यां नोपासते विप्राः कथं ते ब्राह्मणाः स्मृताः** [ஸந்தியோபாஸனை செய்யாத விப்ரனை எங்ஙனம் அந்தணனென்பது?] என்று போதாயனர், பாரத்வாஜர் என்பாரும் இவ்வாறே மற்ற முனிவரும் ஸந்தியையின்

அவசியத்தை வற்புறுத்திக் கூறியிருக்கின்றனர். ஒரு கால ஸந்தியையைச் செய்யத்தவறினால் பின்னுள்ள ஸந்தியையைச் செய்யும் வரையில் உபவாஸமிருக்கவேண்டு மென்று மனு விதித்திருக்கின்றார். ஸந்தியையைச் செய்வதனாலாய பயனைக் குறித்து மனு,

ऋषयो दीर्घसन्ध्यत्वात् दीर्घमायुरवाप्नुयुः ।
प्रज्ञां यशश्च कीर्तिञ्च ब्रह्मवर्चसमेव च ॥ 4-94.

[நெடுங்காலம் ஸந்தியையைச் செய்வதால் ரிஷிகள் நீடூழி வாழ்வர். அறிவும், பேரும், புகழும் பெற்றுப் பிரம்ம தேஜஸ்ஸையும் அடைவர்] என்று பகர்ந்துள்ளார்.

ஸந்தியோபாஸனம் சிறியதொரு நித்திய கருமமாயினும் அரும் பெருங் கருத்தைத் தன்னிலுடையது. 'அஹம் ப்ரம்மாஸ்மி' என்ற பூர்ண அத்வைதக் கொள்கையைப் பற்றாது, தன்னைப் பல இடர்களுக்கு உட்பட்ட சிறுமையன் என்றும், தான் செய்த குற்றங்களினின்றும் தன்னை விடுவிக்குமாறு இறைவனை வேண்டுவதாகவு முள்ள ஸேவக-ஸேவ்ய பாவத்தை உணர்த்துகின்றது. ஆயினும், மெய்ஞ்ஞானம் ஏற்படும் வரையிற்றான் அவித்யையின் காரணமாக ஆத்ம ஸ்வரூபத்தில் பேதங் காண்கின்றதென்பதுவும் ஸூசிப்பித்துள்ளது. ஆதலால் அரும்பு, மலர், காய், கனிகள் போன்ற ஸோபானமார்க்கத்தால் தத்துவங்களை யுபதேசிப்பதாகும். இச் சந்தியோபாஸனம் ஸந்தியை என்றும் ஜபம் (உபாஸனம்) என்றும் இரண்டு பாகங்களையுடையது. ஒவ்வொரு பாகத்திலும் பல அங்கங்கள் உள. அவற்றில் முறையே அர்க்கியப்ரதானமும், காயத்ரீ மந்திர ஜபமுமே முக்கியமானவை. ஆசமனம், மார்ஜனம் முதலியன இவ்விரு அங்கங்களுக்கு அனுகுணமானவை.

முதலில் ஆசமனமும், மார்ஜனமும் செய்து கொள்ளுத லால் புறத்தூய்மை பெற்று, தான் அறியாது செய்த பாவங்கள் ஒழிக என்று முழுமனதுடன் பிரார்த்தனை செய்து, மந்திராசமனமும், புனர்மார்ஜனத்துடன் கூடிய அகமர்ஷணமுஞ் செய்தலால் அகத்தூய்மை பெற்று, பர மாத்மாவை வழிபடத் தகுதியோனாகி, ஸூர்யாபிமுகமாக அர்க்கிய மெனும் உபசாரனை செய்யப்படுகின்றது. பின்பு அந்தப் பரமாத்மாவின் பெருமையைப் போற்றித் தன் உள் ளத்தில் ஆவாஹனஞ்செய்து, மனதை அவரிடம் ஈடுபடுத்தி மௌனத்தியானஞ் செய்யப்படுகிறது. தியானம் முடிந்த தும் எழுந்து நின்று அகண்ட பூரணனாகிய இறைவனைத் தியானஞ்செய்ததினால் ஏற்பட்ட ஆனந்தத்தின் பயனாக, ஒளிகளுட்சிறந்த ஒளியாகிய ஸூரியன் வாயிலாக, உபஸ் தான மந்திரங்களால் துதித்துத்தன் குற்றங்களை மன் னித்து விரைவில் ஆன்ம உணர்வு அளிக்குமாறு வேண் டப்படுகின்றது. அதன் பின்னர் அபிவாதனஞ் செய்த லால் முன்னவர் பெருமையை யுணர்ந்து, தாமும் அன்ன வராக விரும்பி அவனருளால் உயர்வுற்று, உலகிற்கும் பயன் பெற்றவனாகின்றான். இதன் பெருமையையும் அவ சியத்தையும நன்கறிந்தே, பல விஷயங்களில் மனம் ஈடு பட்டுச் சஞ்சலமடையு முன்னரே, உபநயனமென்ற ஸம்ஸ் கார காலத்தில் ஸந்தியோபாஸனம் உபதேசிக்கப்படுகிறது. இவ்விதம் நமக்குத் தந்த அரியதொரு சிறிய கருமத்தைக் கைவிடலும் ஏற்குமோ? அவதார புருஷர்களெனக் கரு தப்படும் ஸ்ரீ ராமர், ஸ்ரீ கிருஷ்ணர் முதலியோரும் ஸந்தி யையைத் தவறாது செய்து முறைப்படி ஒழுகிவந்தன ரென் பதை ராமாயண, பாரதங்களில் பலவிடங்களிற் குறிப் பிட்டுள்ளதைக் காணலாம்.

यावज्जीवनपर्यन्तं यस्त्रिसन्ध्यं करोति च ।
स च सूर्यसमो विप्रस्तेजसा तपसा सदा ॥

तत्पादपङ्करजसा सद्यः पूता वसुन्धरा ।
जीवन्मुक्तः स तेजस्वी सन्ध्यापूतो हि यो द्विजः ॥

[வாழ்நாளுள்ளவரை மூன்று ஸந்தியையையும் தவறாது செய்து வரும் அந்தணன் ஸூரியனுக்கு நிகரான தவவொளியை யடைகின்றான். அவனது பாதகமலப்பொடியினால் உலகு உடனே தூய்மை பெற்றுவிடுகிறது. ஸந்தியையொழுக்கினால் தூய்மைபெற்று தேஜோவானாக விளங்கும் அவ்வந்தணன் ஜீவன் முக்தனேயாவன்] என்று ஸந்தியையின் பெருமை புகழ்ந்து கூறப்பட்டுள்ளது. ஆதலால் இத்தகைய பெருமை வாய்ந்த ஸந்தியோபாஸனத்தைச் சிறிது நேரமேனும் அநுதினமும் முறைப்படி யனுஷ்டித்து, வாழ்வின் மேன்மையை எய்துதுமெனக் கோருவது மிகையாகாது.

|| श्रीः ||

ஸந்த்யோபாஸனம்.

ஸந்தியை என்ற சொல் சேர்க்கை என்று பொருள்படும். அதாவது மனது கடவுள் பால் சந்தித்தலே. பகல் இரவுகள் சேருங்காலமாகிய காலை மாலைகளும் ஸந்தியை எனப்படுகின்றன. அக்காலத்தில் செய்யப்படும் வழிபாடு ஸந்தியோபாஸனம், ஸந்தியாவந்தனம் அல்லது ஸந்தியை எனப்படுகிறது. **सं सम्यक् ध्या ध्यायते ध्यायन्ति वा परब्रह्म यस्यां सा सन्ध्या** [எந்நேரத்தில் இறைவன் செவ்வனே தியானிக்கப்படுகின்றானோ அல்லது இறைவனைத் தியானிக்கின்றனரோ அதுவே ஸந்தியை] என்று கூறப்படுதலால் தியானம் செய்வதற்கு ஏற்றகாலம் ஸந்தியைகளே என்பது விளங்கா நிற்கின்றது. இயற்கையில் இந்நேரங்களே அமைதியுள்ளவை. அப்போது மனதும் அமைதியுற்றிருக்கும். மாலையினும் காலையில் மனம் களங்கமின்றியிருக்கும். இக்காலங்களில் மனதை ஒரு நிலையில் நிறுத்துவது எளிதென்ற காரணத்தால், அப்போது உபாஸனம் விதிக்கப்பட்டது. காலை மாலைகளிலல்லாது, உச்சியிலும் வழிபடுவதுண்டு. இதற்கு மாத்யாஹ்நிகம் (உச்சி வழிபாடு) என்று பெயர்.

உறக்கமென்ற ஸுஷுப்தி ஆனந்தத்தை யடைந்து விழிப்பு உண்டாகும் முதற்காலமாகிய காலையில் சாந்த குணம் மேலிட்டுத் தூய்மைபெற்றிருக்கும் மனதைக் கடவுளிடம் சேர்த்தல் காலை ஸந்தியையும், பின்பு உலகவாழ்க்கையில் பிரவேசித்து, உச்சிக்காலம் வருகையில் களைத்துப்

போய்ப் பசி தாகங்கள் ஏற்படுகையில், தான் உண்ணப் போகும் ஆகாரம் இறைவனது கிருபை என்று உணர்ந்து துதித்தல் யாத்யாஹ்நிகமும், இதற்குப்பின்னும் உலகில் விவகரித்தலால் ஏற்படும் பாவங்களினின்று விலக்கி, இரவில் கனவு முதலிய உறக்கக்கேடுகள் இல்லாமல் ஸுஷுப்தி ஆனந்தத்தை அனுபவிக்கச்செய்து நாளடைவில் பேரானந்தத்தையடையப் பிரார்த்தித்தல் ஸாயம்ஸந்தியையுமாம்.

ஸந்தியாகாலம்—ஸந்தியையின் காலவரம்பைக் குறித்து மனு,

पूर्वां सन्ध्यां जपंस्तिष्ठेत्सावित्रीमार्कदर्शनात् ।
पश्चिमां तु समासीनः सम्यगृक्षविभावनात् ॥ 2-101.

[காலைச் சந்தியையைக் கீழ்நோக்கி நின்று ஸூரியனைக் காணும் வரையிலும், மாலையில் மேற்புறமாக இருந்து நக்ஷத்திரங்கள் நன்றாகப் புலப்படும் வரையிலும் ஸாவித்ரீ மந்திரத்தை ஜபிக்கவேண்டும்.] என்றதால், காலையில் நக்ஷத்திரங்கள் கண்ணுக்கு மறையுங் காலமுதல் கீழ்த்திசையில் சூரியன் செந்நிறமாகக் காணப் படும் வரையிலும், மாலையில் செவ்வானம் தோன்றுமுதல் நக்ஷத்திரங்கள் செவ்வனே புலப்படும் வரையிலும் ஸந்தியை எனலாம். உச்சிக்கால வழிபாட்டைக்குறித்து, தக்ஷர், **अध्यर्धयामादासायं सन्ध्या माध्याह्निकीष्यते** [உதயத்தினின்று ஒன்றரை யாமம் முதல் ஸாயங்காலம் என்ற குறிப்புள்ள நேரம் வரையில் மாத்தியாஹ்நிகஸந்தியைக்குக் காலம்] என்றதால் காலை சுமார் $10\frac{1}{2}$ மணிமுதல் மாலை 4 மணிவரையிற் செய்யலாம்.

ஸந்தியா நியமம்—காலையில் ஸந்தியாவந்தனம் செய்ய ஆயத்தமாகுமுன்பு, பிராம்ம முகூர்த்த மெனும் வைகறை யாமத்தில் துயிலெழ வேண்டும். எழுங்கால்,

प्रातः स्मरामि हृदि संस्फुरदात्मतत्त्वं सच्चित्सुखं परमहंसगतिं तुरीयम् ।
यत्स्वप्नजागरसुषुप्तिमवैति नित्यं तद्ब्रह्म निष्कलमहं न च भूतसङ्घः ॥

ப்ராத: ஸ்மராமி ஹ்ருதி ஸம்ஸ்புரதாத்மதத்வம்
ஸச்சித்ஸுகம் பரமஹம்ஸ கதிம் துரீயம் ।
யத்ஸ்வப்நஜாகரஸுஷுப்திமவைதி நித்யம்
தத்ப்ரஹ்ம நிஷ்களமஹம் ந ச பூதஸங்க: ॥

[என் ஹ்ருதயத்தில் ஒளிர்கின்ற ஆன்ம உண்மையை, ஸச்சிதாநந்த உருவை, பரமஹம்ஸரது துரிய நிலையைக் காலையில் சிந்தை செய்கின்றேன். துயில் விழிப்பு ஸுஷுப்திகளை நித்தமும் எவன் அறிவனோ அந்தக் களங்கமற்ற பிரம்மமே நான். மற்று இப்பூதக் கூட்டம் அல்லேன்] என்று ஆத்மதத்துவத்தைச் சிந்தித்து, இவ்வுண்மை அனுபவ சித்தியாகாமையால்,

लोकेश चैतन्यमयाधिदेव श्रीकान्त विष्णो भवदाज्ञयैव ।
प्रातस्समुत्थाय तव प्रीत्यर्थं संसारयात्रामनुवर्तयिष्ये ॥

லோகேஶ சைதன்யமயாதிதேவ
ஶ்ரீகாந்த விஷ்ணோ பவதாக்ஞயைவ ।
ப்ராத:ஸமுத்தாய தவ ப்ரீத்யர்த்தே
ஸம்ஸாரயாத்ராமநுவர்த்தயிஷ்யே ॥

[எல்லாம் வல்ல இறைவனே! அறிவே! எனையாளும் ஒளியே! திறை செல்வனே! எங்கும் நிறைந்தோனே! உனது ஆணைப்படியே காலையில் எழுந்து நின்னருள் வேண்டி வாழ்க்கை யெனும் வழியைப் (வாழ்க்கைக் கடமைகளை) பின்பற்றுகின்றேன் (இனிது துவக்குகின்றேன்)] என்று இறைவனையே துணையாகக்கொண்டு வழி படுவதாக உரைத்து,

जानामि धर्मं न च मे प्रवृत्तिः जानाम्यधर्मं न च मे निवृत्तिः ।
त्वया हृषीकेश हृदि स्थितेन यथा नियुक्तोऽस्मि तथा करोमि ॥

ஜாநாமி தர்மம் ந ச மே ப்ரவ்ருத்தி:
ஜாநாம்யதர்மம் ந ச மே நிவ்ருத்தி: ।
த்வயா ஹ்ருஷீகேஶ ஹ்ருதி ஸ்திதேந
யதா நியுக்தோஸ்மி ததா கரோமி ॥

[தர்மம் சிறிது அறிவேன் எனினும் செய்ய ஊக்கமில்லை. அதர்மம் இன்னதென்று உணர்ந்தும் அதினின்று நீங்க முடியவில்லை. என் ஹ்ருதயமத்தியில் இருந்துகொண்டு, ஹ்ருஷீகேசனே ! நீ எவ்விதம் தூண்டுகின்றாயோ அப்படியே செய்கிறேன்.] என்று தன் சிறுமையைக் குறித்து வருந்திப் பரமாத்மனது கிருபையை நாடுவதாகவும், இவ்வாறே மற்றும் பல ஸ்தோத்திரங்களால் தெய்வந்தொழுது, பின்னர் வெளியே சென்று மலஜலங் கழித்துச் சுத்தம் செய்துகொண்டு, சமீபத்திலுள்ள ஓடு நீரிலோ, தடாகத்திலோ தூய நீராடி, உலர்ந்த வஸ்திரந் தரித்து, ஆசாரணைப்படி நீறு முதலியனவும் பூண்டு ஸந்தியை யைத் தொடங்க ஸித்தமாக வேண்டும். மாலையிலும் நீராட வேண்டும். நிர்மல தேகனும் மனத்தோனுமாகத் தோற்றின் நீராடவேண்டுவதில்லை. முகம், கைகால்களைச் சுத்தம் செய்து நீறு முதலியன தரித்து ஸந்தியையைச் செய்யச் சித்தமாகலாம். உச்சியிலும் அங்ஙனமேயாம்.

ஆசமனம்.

திராவிடர் —अच्युताय नमः । अनन्ताय नमः । गोविन्दाय नमः ॥ केशव । नारायण । माधव । गोविन्द । विष्णो । मधुसूदन । त्रिविक्रम । वामन । श्रीधर । हृषीकेश । पद्मनाभ । दामोदर ॥

அச்யுதாய நம:, அநந்தாய நம:, கோவிந்தாய நம: ॥ கேஶவ, நாராயண, மாதவ, கோவிந்த, விஷ்ணோ, மதுஸூதன, த்ரிவிக்ரம, வாமன, ஸ்ரீதர, ஹ்ருஷீகேஶ, பத்மநாப, தாமோதர ॥

ஆந்திரர் —केशव । नारायण । माधव । गोविन्द ॥ विष्णो । मधुसूदन । त्रिविक्रम । वामन । श्रीधर । हृषीकेश । पद्मनाभ । दामोदर । सङ्कर्षण । वासुदेव । प्रद्युम्न । अनिरुद्ध । पुरुषोत्तम । अधोक्षज । नारसिंह । अच्युत । जनार्दन । उपेन्द्र । हरे । श्रीकृष्ण ।

கேஶவ, நாராயண, மாதவ, கோவிந்த ॥ விஷ்ணோ, மதுஸூதன, த்ரிவிக்ரம, வாமன, ஸ்ரீதர, ஹ்ருஷீகேஶ, பத்மநாப, தாமோதர, ஸங்கர்ஷண, வாஸுதேவ, ப்ரத்யும்ந, அநிருத்த, புருஷோத்தம, அதோக்ஷஜ, நாரஸிம்ஹ, அச்யுத, ஜநார்தன, உபேந்த்ர, ஹரே, ஸ்ரீக்ருஷ்ண ॥

தூய தலத்தில், குதிகாலிட்டு உட்கார்ந்து, கேஶம் வஸ்திரம் முதலியவற்றை ஒருங்கே அமைத்துக்கொண்டு, கைகளைச் சுத்தம் செய்து, இரு முழங்கால்களுக்கு நடுவே கைகளையமர்த்தி, * கோகர்ண வடிவாக்கிய வலது கையில்

* கோகர்ண மென்றால் ஆவின் செவி; அதுபோல் கையைப் பிடித்தல். அதாவது விரல்களை நெருங்கச்சேர்த்து ஆட்காட்டி விரலை பெருவிரலின் அடிப்பாகத்தைப் பற்றப்பிடித்தல்.

† மாஷமெனும் ரேகை ❛மூழ்குமளவு தூய நீரெடுத்து ‡ பிரம்மதீர்த்த மூலமாய் ஒருமுறை பருகவேண்டும்.

இவ்வாறு மும்முறை ஆசரிக்கவேண்டும். ஆந்திரர் நான்காவதாக ஒரு முறை கையில் நீரெடுத்து, மோந்து கீழ்விடுகின்றனர். பின்பு இருமுறை உதடுகளைத் துடைத்துக்கொண்டு சிரத்திலும் பாதங்களிலும் புரோக்ஷித்து, இந்திரியங்களையும் மற்ற அங்கங்களையும் ஆசாரணைப் படி ஸ்பரிசிக்கவேண்டும்.

மௌனமாகவே ஆசமனம் செய்யவேண்டுமென்று முதல் நூல்களில் கூறியிருப்பினும், ஆசமனம் செய்கையில் முறையே அச்யுதாய நம:, அநந்தாய நம:, கோவிந்தாய நம: என்பவற்றையும், உறுப்புக்களை ஸ்பரிசிக்கையில் கேசவ என்பது முதல் தாமோதர என்பது வரையிலுள்ள நாமங்களையும் உச்சரிக்கின்றனர். ஆந்திரர் ஆசமன காலத்தில் கேசவ, நாராயண, மாதவ, கோவிந்த, என்பவற்றையும் அங்க அவயவங்களை ஸ்பரிசிக்கையில் விஷ்ணு என்றது முதல் கிருஷ்ண என்பது வரையுள்ள நாமங்களையும் உச்சரிக்கின்றனர். சிலர் ஆசமனகாலத்தில் ஓம் என்ற பிரணவத்தையே உச்சரிக்க வேண்டுமென்றும் வேறு சிலர் பூ:, புவ:, ஸுவ: என்ற மூன்று வியாஹ்ருதிகளை முறையே உச்சரிக்க வேண்டுமென்றும் கருதுகின்றனர். வீரசைவர் சிவனது நாமங்களையே உரைக்கின்றனர். தாந்திரிகர் தத்துவாசமனம் செய்கின்றனர். அங்க அவயவங்களை ஸ்பரிசிப்பதிலும்

---

† கைத்தலத்தின் மத்திய ரேகையே மாஷமெனப்படும். ❛உளுந்து மூழ்கும் அளவு ஜலம் எடுத்து' என்பாரும் உளர்.

‡ உள்ளங்கைப் பெருவிரலின் அடிப்பாகத்திற்குப் பிரம்மதீர்த்தமென்று பெயர். நீர் பருகுதல் தாரையாகக்கொள்ள வேண்டும். நக்கிக்குடித்தல் கூடாதென விலக்க இது ஓர் உபாயமாகிறது.

பலர் பலவிதமாக அபிப்பிராயப் படுகின்றனர். இங்கு ஈசுவர ஸ்மரணபூர்வமாக ஆசமனம் செய்யவேண்டுவதே நோக்கமாதலால் அதை மறவாது அவரவர்கள் ஆசாரணைப் படி ஒழுகுதலே உசிதமாகும்.

ஆன்ம-மனப்பயிற்சிக்குச் சாதனமாகிய வைதிக கர்மாக்களுக்கு ஆசமனம் மிக்க அவசியமானது; புனித காரியத்தைத் தொடங்குகையில் புலன்களைத் தூய்மை புரிவதாகும். ஸ்தூலப்பயனை நோக்குகையில், ஆசமனஞ் செய்தலால் நெஞ்சிலுள்ள கோழை முதலியவற்றைப் போக்கி ஒலித் தெளிவை உண்டாக்குவதன்றி, தளர்ந்த நாடிகளுக்குச் சுறுசுறுப்பையும் உண்டாக்குகிறது. ஈசுவர நாமங்களை அடிக்கடி உச்சரித்தலால் அவன்பால் மனதை இருத்த ஏற்றதொரு ஆரம்ப ஸாதனமாகிறது. குறித்தவகையில் உட்காருதல் முதலியன இயற்கையில் இலகுவாகக் காணப்படுவனவே.

கேசவ முதலிய சொற்கள் விஷ்ணுவின் நாமங்களென்பது பிரஸித்தம். இச் சொற்களின் பொருளை ஆராயுமிடத்து, கடவுளைப்பற்றி நாம் கொண்டுள்ள பொதுக் கொள்கைகளை முதலில் அறிய வேண்டுவது உசிதமாகையால் ஒரு வகையிற் கூறுவாம். 'எல்லாம் நிறைந்த இரண்டற்ற பரம் பொருள் ஒன்றே; இறப்பு நிகழ்வெதிரென்ற காலவரம்பற்று மனோவாக்குகட்கு எட்டாதது;' என்பது முதலான சொல்லவொண்ணு இலக்கணங்கள் உத்தம வேதாந்தத்தை யனுசரித்துக் கூறியிருப்பினும் இவை பேதபுத்தியை யுடைய நாம் வழிபடுதற்கு ஏற்றவையாகாமையால், 'இறைவன் எங்கும் நிறைந்தவர், எல்லாம் வல்லவர், யாவும் உணர்ந்தவர், கருணைக்கடல்' என்ற திவ்ய குணங்களை உடையவரென்று வழிபடப் படுகின்றனர். இதுவே

ஸகுண உருவாம். உபாஸனு லக்ஷணங் கூறுமிடத்தும், **सगुणब्रह्मविषयकमानसव्यापारः उपासनम्** [குணங்கள் கற்பிக்கப்பட்ட பிரம்மத்தைப்பற்றிய மனத்தொழிலே உபாஸனம்] என்று விளக்கியுள்ளது. இத்தகைய அபார குணங்களுடன் எங்கும் அளாவிய உருவத்தோனென்று தேகாபிமானங் கொண்ட நம்மைப் போன்றவர்களால் நினைக்க வொண்ணுததால், நம்மைப் போன்ற உருவமுங் கற்பித்து, இறைவன் தன் பிரதிநிதிகளின் மூலமாகச் சகல உலகத்தொழில்களையும் புரிந்து எல்லாவற்றிற்கும் நியந்தாவாக இருக்கின்றான் என்று கொள்ளப்படுகிறது. ஸ்ருஷ்டி பாலன லய காரியங் களுக்குப் பிரம்மன், விஷ்ணு, ருத்திரன் என்ற மூவர் அதிகாரிகளென்றும், இறைவனது சிரேஷ்ட ப்ரதி பிம்பங் களென்றும் இங்ஙனமே மற்றும் அநேக தேவதைகள் அதனதன் தொழில்களைச் சரீரத்தின் அவயவங்களே போன்று இறைவனது ஆணைப்படி நடாத்தி வரு கின்றன வென்றும் கருதித் தனித்தனியே வழிபடப்படு கின்றன. இறைவனுடைய அனந்த சக்திகளே தேவதை களென்றதால், இத்தேவதைகள் மனிதனினும் பன்மடங்கு மேலான சக்திகளை யுடையன வென்றும், இவற்றின் ஸகா யத்தை நாடின், இவை ஸகாயமளிக்கின்றன வென்றும் கொள்ளப்படுகின்றது. அன்றி, பக்தரது இச்சைக்கு இசையவும், அதர்மம் மேலிட்ட காலத்து அறமல்லவற்றை அறவே யொழித்து நீதி நெறி நாட்டவும் உத்தம மானிட உருவாகவோ அல்லது வேறு அபார சக்திகளுடனே கருணைமிக்க இறைவன் அவதரிக்கின்றான்.

மனிதரின் பரிபாகம் பலவகைப்பட்டிருத்தலால் அதற் கேற்றவாறு அந்தரார்த்தங்களையுடைய பல உருவங்களும், வழிபடு முறைகளும் கற்பித்து, யாதானுமொரு முறையைக்

கைப் பிடித்து ஒழுகி மனதை ஒரு சிந்தையிலிருத்தி அதன் மூலமாக இறைவனை யறிதல் ஏற்றதும், எளிதான முறையு மாதலால் அதைப் பின்பற்றி மாந்தர் உய்யவேண்டியே அவ்வக் காலத்தை யனுசரித்துப் பல நூல்கள் வரையப் பட்டன. ஸ்தூல உருவங்களையுங் கற்பித்து வழிபடச் செய்தனர். இதைத் தெளிவாக உணர்த்தவே, **उपासकानां कार्यार्थं ब्रह्मणो रूपकल्पना** [உபாஸகரின் பொருட்டே பிரம்மத்திற்கு உருவங் கற்பிக்கப்பட்டது] என்றும், **शिवं आत्मनि पश्यन्ति प्रतिमासु न योगिनः। अज्ञानां भावनार्थाय प्रतिमाः परिकल्पिताः ॥** [யோகிகள் சிவனைத் தன்னில் கண்ணுறுகின்றனர்; பிரதிமைகளிலல்ல. அஞ் ஞானிகளின் பாவனையின் பொருட்டே பிரதிமைகள் கற்பிக்கப் பட்டன] என்று அநேக இடங்களில் கூறப்பட்டுள்ளது.

உபாஸன மூர்த்திகளின் அவசியத்தை யறிந்தே அவை வகுக்கப்பட்டனவாதலாலும், நம்மிற் பெரும் பான்மையோருக்கு இன்றியமையாததாலும், அபேத ஞானம் ஏற்படும் வரையில், அவற்றின் உண்மையை யறிந்து, வழிபடுதலே சாலச் சிறந்ததும் நன்மை பயப்பது மாகும். **अव्यक्ता हि गतिर्दुःखं देहवद्भिरवाप्यते ।** [உடம்பெடுத்தோர் அவ்யக்த நெறி எய்துதல் மிகவும் கஷ்டம்] என்று கண்ணனும் கீதையில் செப்பி யிருக்கின்றார்.

கேசவ முதலிய சொற்கள் பரமாத்மனையே குறிக்கும். லோக பாலன மூர்த்தி யென்ற முறையில் விஷ்ணுவைக் குறிப்பதாகக் கொள்ளப்படுகிறது. இச் சொற்கள் ஸம் போதன மென்ற விளிச் சொற்களாதலின் அதற்கேற்ப, கேசவனே! நாராயணனே! என்று பொருள் கொள்ளவும்.

கேசவ—'க' எனின் பிரம்மன், 'அ' என்றால் விஷ்ணு, 'ஈச' என்றால் ருத்திரன். இம்மும்மூர்த்தி உரு

வாகிய பரமாத்மாவே கேஶவன் ; அதாவது ஆக்கல், அளித்தல், அழித்தலென்ற முத்தொழில் புரிவோன். 'கேஶ' என்றால் காந்தி யென்றும், கூந்தல் என்றும் பொருள் படும். ஆதலால் அழகிய காந்தியுடையோன் ; அழகிய கூந்தலுடையோன் என்று பரமாவதாரமாகிய ஸ்ரீ கிருஷ்ணனைக் குறிக்கும். அன்றி, கேசியென்ற அரக்கனை வதைத்ததாகப்புராணங் கூறுதலாலும் இப்பெயர் பெறுவன்.

நாராயண—நாரமென்றால் ஜீவன், அயனமெனின் அடையுமிடம். ஸகல ஜீவர்களும் அடையத்தக்க இடமாகிய பரமாத்மா என்று பொருள்படும். நாரமென்றால் நீரென்றும் பொருள் படுமாதலின், பிரளயத்திலுமிருப்பவன் என்றுங்கூறுவர்.

மாதவ—மௌனத்யானத்தால் அடையக் கூடிய பரமாத்மா. 'மா' என்றால் மாயை அல்லது லக்ஷ்மி ; 'தவ' என்றால் நாயகன். மாயையையும் தன் வசமாக்கிக்கொண்ட பரமாத்மா என்றும், லக்ஷ்மீ நாயகனாகிய விஷ்ணு வென்றும் பொருள்படும். மது என்ற அரசனது மரபில் உதித்தோனாகிய ஸ்ரீகிருஷ்ணனெனவும் கொள்ளுவர்.

கோவிந்த—'கோ' என்றால் பூமி, வேதம், பசு, என்று பல பொருள்படும். 'விந்த' எனின் 'அடைந்தோன், அடையச்செய்தோன்' என்பதாம். அதாவது சிருஷ்டிதோறும், உலகையும், வேதத்தையும் தோன்றச் செய்வோன். புராண ரீதியாகவுள்ள மத்ஸ்ய, வராஹ அவதாரங்களையும் குறிக்கும். கிருஷ்ணாவதாரத்தில், கோவர்த்தன கிரியைத் தாங்கிப் பசுக்களைக் காத்தமையாலும் கோவிந்தனெனப்படுவன்.

விஷ்ணோ—எங்கும் வியாபித்திருப்பவன்; பாலண மூர்த்தி.

மதுஸூதன—பிரளயத்தில் எல்லாவற்றையும் தன்னிடம் ஒடுக்குகின்றவன். 'மது' என்ற அஸுரனை வதைத்தோன்.

த்ரிவிக்ரம—ஸத்வ, ரஜஸ், தமஸ், என்ற முக்குணங்களினின்றும் வேறுபட்டவன். முக்காலவரம்பைக்கடந்தோன். பூமி, மத்ய, ஆகாசங்களை அளாவிய உருவமெடுத்தோன்.

வாமன—கடாக்ஷத்தால் ஸுகமளிப்பவன். ஸ்வரூப காந்தியுள்ளவன். குறுகிய உருவெடுத்து பலிச்சக்ரவர்த்தியின் கர்வத்தையடக்கிய அவதார மெடுத்தோன்.

ஸ்ரீதர—ஸேவிக்கத்தக்க ஐச்வரியத்தை யுடையோன். லக்ஷ்மியை வக்ஷஸ்தலத்தில் தரித்தவன் என்றுங் கூறுவர்.

ஹ்ருஷீகேஶ—ப்ரீதிகரமான (சந்திரன் முதலியவற்றின்) காந்திகளாக விளங்குகின்றவன். ஹ்ருஷீக மென்றால் இந்திரிய மெனப் பொருள் படுதலால் இந்திரியங்களுக்குத் தலைவன். இந்திரியங்களை அதனது தொழிலைச் செய்யும்படி நியமித்தவன் என்றும் பொருள்படும்.

பத்மநாப—ஜகத் காரணத்தைத் தன்னிற் கொண்டுள்ளவன். ஹ்ருதய மத்தியில் பிரகாசிப்பவன். தாமரை போன்ற அழகிய உந்தியை யுடையோன் என்றுங் கூறுவர்.

தாமோதர—ஸகல உலகங்களையும் தன்னிடத்தில் உடையோன். கிருஷ்ணாவதாரத்தில், கயிற்றால் கட்டுண்ட வயிற்றேனாதலாலும் இப்பெயர் பெறுவன்.

ஸங்கர்ஷண—பிரளய காலத்தில் எல்லாவற்றையும் ஸம்ஹரிப்பவன். தினப்ரளய மெனும் நித்திரையில் ஸகல

வியாபாரங்களையும் தன்னிடம் இழுத்துக் கொள்ளுதலாலும் ஸங்கர்ஷண னெனப்படுவன்.

வாஸுதேவ—எல்லாருள்ளத்தும் ஒளியுடன் விளங்குகின்றவன். நிறையொளியோன். கிருஷ்ணாவதாரத்தில் வஸுதேவனது புத்திரனாகப் பிறந்தமையாலும் இப்பெயர் பெறுவன்.

ப்ரத்யும்ந—விசேஷ வல்லமையுடையோன்.

அநிருத்த—ஒருவராலும் அடக்கமுடியாத பராக்ரமமுடையோன்.

புருஷோத்தம—ஸகல விதத்திலும் பூர்ண புருஷன்.

அதோக்ஷஜ—ஒருபோதும் கீழ் நிலையை அடையாதவன்.

நாரஸிம்ஹ—'நர' என்றால் கடத்துகின்றவனென்றும், 'ஸிம்ஹ' என்றால் ஹிம்ஸை (துன்பம்) என்றும் பொருள் படுதலால், எவ்வுயிர்களையும் துன்பத்தினின்று இன்பத்திற் கடத்தும் ஆற்றலுடையோன். புராண ரீதியாகவுள்ள சிங்கமுகமும் மானிடவுடலுங்கொண்ட அவதாரமெனவும் கொள்ளலாம்.

அச்யுத—ஒரு நாளும் அழிவில்லாதவன்.

ஜனார்த்தன—ஜனங்களைத் தீய வழியில் செல்லவொட்டாமல் கண்டிக்கின்றவன்.

உபேந்த்ர—சகல ஐச்வரியங்களையும் கடந்து, மேற்பட்ட பரமாத்மா. இந்திரனுக்கும் உயர்ந்து விளங்குகின்றவன். இது, கிருஷ்ணாவதாரத்தில் கோவர்த்தனகிரியைத் தாங்கி இந்திரனாலுண்டான இடிமழைகளினின்று கோபர்களையும் பசுக்களையும் காத்ததைக் குறிக்கின்றது.

ஹரே—தீவினைகளைப் போக்குகின்றவன்.

ஸ்ரீக்ருஷ்ண—எதையும் தன்வசம் ஆகர்ஷணம் செய்து கொள்ளுகின்றவன். கார் மேனியனென்றும் பொருள்படும்.

பூதோச்சாடனம்.

उत्तिष्ठन्तु भूतपिशाचाः एते भूमिभारकाः ।
एतेषामविरोधेन ब्रह्मकर्म समारभे ॥

உத்திஷ்டந்து பூதபிஶாசா: ஏதே பூமிபாரகா: ।
ஏதேஷாமவிரோதேந ப்ரஹ்ம கர்ம ஸமாரபே ॥

भूतपिशाचाः பூத பிசாசங்களுக்கு ஒப்பான **भूमिभारकाः** புவியில் இடையூறுகளைத் தருவிக்கும் **एते** இந்த காமம், கோபம் முதலிய அவித்யைகள் **उत्तिष्ठन्तु** என்னிடத்தினின்று விலகியிருக்கட்டும். **एतेषां** இவற்றின் **अविरोधेन** பகைமையின்றி **ब्रह्मकर्म** பிரம்மோபாஸனமெனும் ஸந்தியையை **समारभे** இனிது தொடங்குகின்றேன்.

கடவுள் பால் மனதைச் செலுத்துவதால், தீயனவற்றை விளைவிக்கும் அவித்யைகள் தமது தீய குணங்களை யொழித்து நன்மை பயக்கு மென்பதே.

அவிக்ந பிரார்த்தனை.

शुक्लाम्बरधरं विष्णुं शशिवर्णं चतुर्भुजम् ।
प्रसन्नवदनं ध्यायेत्सर्वविघ्नोपशान्तये ॥

ஶுக்லாம்பரதரம் விஷ்ணும் ஶஶிவர்ணம் சதுர்புஜம் ।
ப்ரஸன்ன வதநம் த்யாயேத் ஸர்வ விக்நோபஶாந்தயே ॥

शुक्ल வெண்மையான **अम्बर** வஸ்திரத்தை **धरं** தரித்தவனும், **विष्णुं** ஸர்வவியாபியும், **शशिवर्णं** சந்திரனையொத்த நிறத்தோனும் **चतुर्भुजं** நாற்கரத் தோனுமாகிய **प्रसन्नवदनं**

மலர்ந்த முகத்தோனை सर्वविघ्नोपशान्तये ஸகல இடையூறு களும் நீங்குதற் பொருட்டு ध्यायेत् தியானம் செய்க.

--ம்! தூய ஆடையும் அழகிய வண்ணமும், ...ற்காமுங்கொண்ட ஸ்வரூபத்தைத் தியானம் ...டையூறுகள் அனைத்தும் விலகிவிடும்.

...கத்தில் விஷ்ணு என்ற சொல்லைத் ...க குறித்ததொரு தேவதையின் பெய ...மையால் இது விஷ்ணு பரமான ...ர் கருதுகின்றனர். ஆனால் கணபதி ...கப்படுகிறது. புராணங்களில் விஷ்ணு ...றும், ஶசிவர்ணனென்றும் வர்ணிக் ...தலால் விஷ்ணுவைச் சாராது. எனி ...ம்மவைவர்த்த புராணத்தில் கிருஷ்ணனே யானைமுகத்தோன் ஆயினன் என்றொரு வரலாறு காணப்படுகிறது. இதைக் கொண்டு விஷ்ணுவெனினும் பொருந்துமென்று சிலர் கூறுவர். இந்த சுலோகம் ஒவ்வொரு கர்மாவின் துவக்கத்திலும் ஓதப்படுவதன் காரணம் இவ்வுருவத்தாற் கற்பிக்கப்படும் அந்த ...ரார்த்தமே. ஓங்கார தத்துவத்தால் அத்வைதத்தை விளக்க வந்த அழகிய உருவாம். आसीनं श्वेतरूपन्तु सात्विकं समुदाहृतम् ॥ सात्त्विको मोक्षकामानाम् ॥ [வெண் உருவாகவும், வீற் றிருப்பதாகவும் தியானித்தல் ஸாத்வீகமாகும். ஸாத்வீகமே ஞானத் தால் வீடுபெற வேண்டுகின்றவர் தியானிக்கத் தக்கது] என்று தந் திரக் கிரந்தங்கள் கூறுவதற்கிணங்க இங்கு வெள்ளுடை தரித்தோனாகவும், வெண்ணிறத்தோனாகவும் தியான ஸ்வ ரூபம் விதிக்கப்பட்டது. காயத்ரீ வெண்ணிறத்தாளென்று கூறப்பட்டிருப்பதையும் கவனிக்க.

ப்ராணாயாமம்.

பிராணனை அடக்குதலே பிராணாயாமமாகும். பிராண னென்பது கேவலம் சுவாஸமல்ல. சுவாஸத்தை யடக்குத லாலேயே நாளடைவில் பிராணனை அடக்கவேண்டியிருத்த லால் சுவாஸமே பிராணனென்று ஸாதாரணமாக வழங்கப் படுகிறது. பிராணனென்பது சுவாஸ கோசங்களை அசை வுறச் செய்து, ஸூக்ஷ்ம ரூபமாக தேகமெங்கும் பரவிச் சென்று மறுபடி சுவாஸ கோசங்களை அடைந்து ஓயாமல் அசைவுறச் செய்யும் ஒரு சக்தியாகும். சுவாஸ கோசங் களின் அசைவு நின்றுவிடவே பிராணன் தேகத்தினின்று நீங்கிவிட்டதாகிறது. ஆதலால் இப்பிராணனே ஜீவாதார மானது. இப்பிராணனைத் தன் வசம் செய்துகொள்ளுவ தால் தேகத்திலுள்ள சகல உறுப்புக்களும் தசைகளும் ஸ்வாதீனமாவதன்றி, சுவாஸ ஆகாரங்களின்றி வெகு நாள் ஜீவித்திருக்கவும் ஸாத்தியமாகிறது. தான் விரும்பியபோது பிராணனைத் துறக்கும் சக்தியும் ஏற்படுகிறது. முன் பின் பிறப்புக்களைச் சம்பந்திக்கச் செய்வது இப்பிராணனே. பிறவி என்பது பூர்வ ஜன்ம கர்மபலன். இக்கருமம் ஸஞ்சிதமா யினும், பிராரப்தமாயினும், ஆகாமியமாயினும் ஸூக்ஷ்ம சரீரத்துடன் கூடிய மனதைப் பொறுத்ததாகும். ஸூக்ஷ்ம ஸ்தூல சரீரங்களைச் சம்பந்திக்கச் செய்வது சுவாஸத்தைப் புறம்பாகக் கொண்ட பிராணனாகும். சுவாஸத்தை அடக்கு வதன் மூலமாகப் பிராணனை அடக்கினால் கிரமமாக மன தும் தன்னடக்கமாகிறது. மனோசக்தியும் விசாலமாகிறது. ஆதலால் பிராணாயாமத்தின் நோக்கம், சுருங்கக் கூறு மிடத்து, சுவாஸத்தை முறைப்படி அடக்குவதன் மூல மாய் ஆயுளின் அளவுகோலாகிய பிராணன் ஸ்வாதீனமாகி நோயற்ற திடமும், தீர்க்காயுளும் உண்டாகிறது ; பிரா

ணன் வசமாவதால் மனோ நிலையை எளிதில் ஸாதிக்கவல்லதாகி ஸூக்ஷ்ம ஞானம் பெற்று வாழ்வின் மேன்மையை எய்துதற்கான பெருஞ் சாதனமாகிறது.

இப்பிராணாயாமம் ப்ராக்ருதமெனவும் வைக்ருதமெனவும் இருவகைப்படும். இவற்றை முறையே அகர்ப்பமென்றும், ஸகர்ப்பமென்றுங் கூறுவர். பிராக்ருதமென்றது, ஒரு நாசித்துவாரத்தின் வழியே இயன்றவரை சுவாஸத்தை உள்ளுக்கு இழுத்துச் சிறிது நேரமும் அடக்காமல் மற்ற த்வாரத்தின் வழியே மெல்ல வெளி விடுதல். இவ்வாறு இரு நாசித்துவாரங்களிலும் மாற்றி மாற்றிச் சுவாஸத்தை உள்ளும் புறமுமாக இழுத்துப் பழகிவருவதால் இரண்டொரு பாத காலத்தில் தேகத்திலுள்ள ஸூக்ஷ்ம நாடிகள் சுத்தியாகின்றன. இதை நாடி சுத்தி யென்றும் கூறுவர். இப் பழக்கத்தால் இரத்தவோட்டம் அதிகரித்து சோம்பல் முதலிய மந்த குணங்கள் நீங்கிச் சுறு சுறுப்பு உண்டாவதுடன், முகமலர்ச்சியும் ஏற்படுகிறது. இப்பயிற்சி சிறிதும் அபாயமின்றி எல்லோராலும் செய்யத்தக்கது.

வைக்ருத மென்பது, ஒரு நாசித்வாரத்தின் வழியே சுவாஸத்தை உள்ளுக்கு இழுத்துக் கூடியவரை வெளிவிடாமல் அடக்கியபின் மற்ற த்வாரத்தின் வழியே மெல்ல வெளி விடுதலாகும். இம் மூவிதச் செயல்களும் முறையே பூரகம், கும்பகம், ரேசக மெனப்படும். பூரக காலத்தைப் போன்று நான் மடங்கு கும்பக காலமும் கும்பகத்திற் பாதியேனும் நாலிலொரு பங்கேனும் ரேசக காலம் இருக்க வேண்டும். கும்பக காலம் அதிகப்படவேதான் குண்டலினீ எனும் அபூர்வ சக்தி மேற் கிளம்புவதால் ஆன்ம உணர்வு ஏற்படுகிற தென்று உரைக்கப்படுகிறது. இச் சக்தியைக் குறித்து யோகநூல்கள் கூறுவதாவது: வீணையின் தண்டு

போன்ற நமது முது கெலும்புக்குள் இடை, பிங்களை, ஸுஷும்னை என்று மூன்று ஸூக்ஷ்மநாடிகள் உண்டு. இடை என்றது இடது நாசியினின்று தொடங்கி முது கெலும்புக்குள் உள்ள மூளை நரம்பின் இடது புறத்திற் சுற்றியுள்ளது. பிங்களை யென்றது இதே போன்று வலது புறமுள்ளது. மூளை நரம்பினுள்ளேயுள்ள ஸூக்ஷ்மத் வாரமே ஸுஷும்னை. இங்கு நாடி யென்றது பிராண சக்தி பிரவேசிக்கும் மார்க்கமேயாகும். ஸுஷும்னையின் த்வாரம் சிரமுதல் முது கெலும்பு முடிவுவரை வியாபித் திருக்கிறது. இங்கு இத்துவாரம் மூடப்பட்டிருக்கிறது. இப்பாகத்தில் குண்டலினீ சக்தி ஸர்ப்பாகாரமாக வளைந்து தூங்குவதே போன்று அமைதியுற்றிருக்கிறது. இச் சக்தியை ஸுஷும்ந சக்தி என்றுங் கூறுவர். இதைக் கும்பகப் பிராணாயாமத்தால் மேற் கிளப்பி ஸுஷும்ந த்வாரத்தைத்திறந்து, ஆங்காங்கு உள்ள மூலாதாரம், ஸ்வாதிஷ்டானம் முதலிய சக்ர விசேஷங்களின் வழியே நடத்தி அப்போது உண்டாகும் இனிய வொலிகளைக் கேட்டு, மகா சித்திகளையும் பெற்று, சிரத்திலுள்ள ஸஹஸ்ரார சக்ரத்தில் சேர்த்தலால் பேரானந்தம் ஏற்படுமாம். ஸுஷும்ந த்வாரம் திறந்த மாத்திரத்தில் தேகோபாதிகளினின்று விடுபட்டு தைவீக ஞானம் ஏற்படுமாம். இது திட அப்பியாஸத்தாலன்றி ஏற்படாது. பிராக்ருத ப்ராணாயாமம் போலல்லாது, கும்பகப் பயிற்சியில் அவ்வப்போது பல விதிகளையும், ஆகார நியமங்களையும் அநுஷ்டிக்க வேண்டுவதால் தேர்ந்த குருமுகமாகவே பயில வேண்டும். இன்றேல் பல இடையூறுகளுக்குக் காரணமாகி, பிராணபயமும் நேரக்கூடும். முறைப்படி யொழுக வேண்டியதன் அவசியத்தை முன்னிட்டே, யமம் (அஹிம்ஸை, ஸத்யம், பொறி

யடக்கம் முதலிய குணங்கள்), நியமம் (சரீரசுத்தி, மனோ சுத்தி முதலியன), ஆஸனம் (குறித்தவகையில் உறுதியாகவும் ஸௌக்கியமாகவும் அமரப்பழகுதல்) என்ற இம் மூன்றிலும் தேர்ச்சியடைந்த பின்பு நான்காவதாகப் பிராணாயாமம் விதிக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஆயினும் ஆரம்பப்பழக்கம் வேண்டுவது பற்றி அடிக்கடி பிராணாயாமம் விதித்துள்ளது. பிராணாயாமம் செய்கையில் நேராக நிமிர்ந்து உட்கார வேண்டும். சுவாஸத்தை உள்ளுக்கு இழுக்கும்போது பிராணனை உட்செலுத்துவதாயும், ரேசகம் செய்கையில் தீய காற்றை வெளிவிடுவதாயும் நினைக்கவேண்டும். பிராணாயாம காலத்தில் சொல்லினிமையும் அருங்கருத்தும் வாய்ந்த காயத்ரீ மந்திரத்தை அனுஸந்தானம் செய்துவர, மந்திரத்தின் ஸ்வரமும் சுவாஸமும் லயமடைந்து மனோல்லாஸத்தைத் தருவதுடன் சுவாஸகதி சீர் பெற்றுச் சாந்தியுண்டாகும். பெருவிரலால் வலது நாசியைப்பற்றி, இடைகலையெனும் இடது நாசியால் பூரகஞ்செய்து, அநாமிகா கனிஷ்டிகை (மோதிர-சுண்டு) விரல்களால் இடது நாசியையும் மூடிச் சுவாஸத்தைக் கும்பகஞ் செய்து பெருவிரலை நீக்கிப் பிங்கலை யென்ற வலது நாசியால் ரேசகஞ் செய்கின்றனர். இது ஒரு பிராணாயாமமாம். பிராணாயாமம் செய்ய வேண்டிய இடங்களில், இம்மாதிரி மும் முறை ஆசரிக்கின்றனர். ஆரம்பத்தில், பூரகம் செய்கையில் வியாஹ்ருதிகளையும், கும்பக காலத்தில் காயத்ரீ மந்திரத்தையும், ரேசகத்தில் காயத்ரீ சிரஸையும் தியானம் செய்யவேண்டும். அப்பியாஸத்தால், ஸம்பூர்ண காயத்ரீ மந்திரத்தையே உச்சரிக்கலாம்.

ओं भूः । ओं भुवः । ओं॒स्सुवः । ओं महः । ओं जनः । ओं तपः । ओं॒ सत्यं । ओं तत्स॑वि॒तुर्वरे॑ण्यं॒ भर्गो॑ दे॒वस्य॑ धीमहि ।

धियो यो नः प्रचोदयात् । ओमापो ज्योतीरसोऽमृतंब्रह्म भूर्भुवस्सुवरोम् ॥ *ஆர. 10-35 (6-27).

ஓம் பூ:, ஓம் புவ:, ஓக்ம் ஸுவ:, ஓம் மஹ: ஓம் ஜந:, ஓம் தப:, ஓக்ம் ஸத்யம் । ஓம் தத்ஸ விதுர்வரேண்யம் பர்கோ தேவஸ்ய தீமஹி । தியோ யோந: ப்ரசோதயாத் । ஓமாபோ ஜ்யோதீரஸோம்ருதம் ப்ரஹ்ம பூர்புவஸ்ஸுவரோம் ॥

ओं *ஸர்வ பரிபூர்ணனை பரமாத்மாவே ஓங்காரம்.* **भूः** *அப்பரமாத்மாவே ஸகல ஐச்வரியங்களுடனும் கூடியவர்.* **भुवः** *எல்லாவற்றினுஞ் சிறந்தவர்.* **सुवः** *ஆனந்த ஸ்வரூபி.* **महः** *பூஜ்யர்.* **जनः** *ஸ்ருஷ்டிகாரணர்.* **तपः** *தவத்தால் அடையக் கூடிய ஞானரூபி.* **सत्यं** *உண்மைப் பொருள். இவ்வாறு பரிபூர்ணனுகிய* **देवस्य** *ஒளியுடன் விளங்கும்* **सवितुः** *கர்த்தரின்,* **वरेण्यं** *சிரேஷ்டமாகிய* **यः** *எந்த* **भर्गः** *அஞ்ஞானத்தை யொழித்து மெய்ஞ்ஞானத்தை யளிக்கும் ஜோதி* **नः** *எமக்கு (எமது)* **धियः** *அறிவை, ஞானத்தை* **प्रचोदयात्** *பிரேரேபிக்கின்றதோ, புலனுக்குகின்றதோ* **तत्** *அந்த திவ்ய தேஜஸ்ஸை* **धीमहि** *தியானம் செய்கின்றோம். அந்த தேஜஸ்* **आपः** *பரிபாலிக்க வல்லது, எங்கும் விளங்குவது.* **ज्योतिः** *ஸ்வப்ரகாசமானது.* **रसः** *ஸாரமானது* **अमृतं** *அழிவற்றது.* **ब्रह्म** *பரிபூர்ணமானது.* **भूः** *எல்லாவற்றிற்கும் ஆதாரமானது.* **भुवः** *பிரபஞ்சத்திற்கும் ஆதாரமானது.* **सुवः** *ஜீவன் முக்தன் பெறக்கூடிய ஸுகஸ்வரூபம்.*

---

* *தைத்திரீய ஆரண்யகம் பல அனுவாகங்கள் கொண்ட, ப்ரச்னம் என்ற பத்துப் பிரிவுகளையுடையது. திராவிடர் 7, 8, 9-ம் ப்ரச்னங்களை (தைத்திரீய உபநிஷத்தை) ஒரே ப்ரச்னமாகவும், 4-ம் ப்ரச்னத்தை 7-ம் ப்ரச்னமென்றும் 10-ம் ப்ரச்னத்தைச் சில மந்திர ஏற்றத் தாழ்வுகளுடன் 6-ம் ப்ரச்னமென்றும் (தைத்திரீய உபநிஷத்தின் 2-ம் ப்ரச்னமென்றும்) வழங்குகின்றனர்.*

சுருங்கவும், விளங்கவும் வேதங்களிற் கூறப்பட்டுள்ளது. மாண்டூக்யோபநிஷத்து ஓங்காரத்தின் பெருமையை விளக்குவதற்கே வந்ததாம். பிராணுயாம காலத்தில் ஓங்காரத்தை மட்டில் ஜபித்து வருவதால் அபூர்வ சக்தி ஏற்பட்டு, குண்டலினி மேற்கிளம்பி, பிரணவ நாதமென்ற இனிய பல வொலிகளைச் செய்து, நித்தியானந்தத்தில் மூழ்கச் செய்கிற தென்று யோகநூல்கள் கூறுகின்றன. यस्तु द्वादशसहस्रं प्रणवं जपतेऽन्वहं। तस्य द्वादशभिर्मासैः परं ब्रह्म प्रकाशते॥ [யாவன் பன்னீராயிரம் பிரணவத்தை அனுதினமும் ஜபித்துவருகின்ருனே அவன் பன்னிருமாதத்தில் பிரம்ம ஸாக்ஷாத்காரம் அடைகின்ருன்.] என்று பிரணவத்தின் பெருமையை ஸந்நியாஸோபநிஷதம் கூறுகிறது.

வியாஹ்ருதி என்ருல் விசேஷ வசனம் என்று பொருள் படும். பரப்ரம்மத்தின் விசேஷ குணங்களைச் சுருங்க விளக்குஞ் சொற்களாதலால் இவை ஒவ்வொன்றின் முன்னும் ஓங்காரம் சேர்த்து உச்சரிக்கப் படுகின்றன. அன்றி இவ்வேழு வ்யாஹ்ருதிகளும் ஏழு உலகங்களின் பெயர்களாம். பூ: என்றது நாம் வசிக்கும் இவ்வுலகமே. முற்பிறப்பு வினையின் பயனுகப் பிறந்து, வினைப்பயனை அனுபவித்துப் பிற்பிறப்பு வினைகளைத் தேடுவதும் இவ்வுலகத்தில் தான். புவ: என்றது அந்தரிக்ஷமாம். சந்திரமண்டலம் வரையில் வியாபித்துள்ள பிரதேசம். இவ்வுலகு பித்ருலோகமென்றும் கூறப்படும். மனிதர் இறந்தபின் தாம் செய்த தானுதி புண்ய கர்மங்களின் பயனை அனுபவிக்க புவர் லோகத்தையடைந்து, இவர்களுடைய பூவுலக வாஞ்சையால் மறுபடி புவியில் பிறக்கின்றனர். இவ்வான்மாக்கள் செல்லும் மார்க்கத்திற்கு பித்ருயான மென்பர். புவருலகத்தில் இருக்கையிலேயே பூவுலகவாஞ்சையை இழந்து புனிதராயின் அங்

பரமாத்மாவே! உன்னுடைய அனந்த குணங்களை யுணர்ந்து உன்னை வழிபடுகின்றோம். எம்மைக் காத்தருளே!

ப்ராணாயாம காலத்தில் ஓதப்படும் மந்திரம் நான்கு பிரிவுகளை உடைத்து: ஓம் என்றது பிரணவமென்றும், பூ: புவ: முதலியன ஏழும் வியாஹ்ருதிகளென்றும், தத்ஸவிதுர்வரேண்யம் + + ப்ரசோதயாத் என்பது காயத்ரீ என்றும், மற்றது காயத்ரீ சிரஸ் என்றும் அறியப் படுகின்றன. இவ்வாறு பிரணவ-வியாஹ்ருதி-சிரஸ்ஸுகளுடன் கூடிய காயத்ரீ மந்திரம் ஸம்பூர்ண காயத்ரீ எனப்படுகிறது. ஓமென்றது பரமாத்மாவைக் குறிக்கும் எழுத்தாகும். ஆதலால் இது ப்ரணவம், எப்போதும் புதிது, எனப்படுகிறது. ओमिति ब्रह्म என்று ச்ருதியுங் கூறுகிறது. அக்ஷரங்களில் எல்லாவற்றுள்ளும் பூர்ண சப்தமுடையது ஓங்காரமே. இவ்வெழுத்தை உச்சரிக்கையில் வாகிந்திரியம் முழுவதும் உபயோகப்படுகிறது. ஓங்காரத்தின் பிரிவுகளான அ, உ, ம என்ற மூன்று எழுத்துக்களில், முதலாகிய அகாரம் வாகிந்திரியத்தின் ஆரம்ப ஸ்தானமாகிய கண்டத்தினின்று ஒலிக்கப்படுகிறது. மகாரமோ இரு உதடுகளைச் சேர்த்தலால் ஏற்படுகிறது. இவற்றின் இடையிலுள்ள உகாரம் நாவின் உற்பத்தி ஸ்தான முதல் முடிவு வரை காற்று உருண்டு வருவதால் ஏற்பட்டு அகார மகாரங்களிரண்டையும் சம்பந்திக்கச் செய்கிறது. இவ்வாறு வாகிந்திரிய முழுவதும் உபயோகப்படுவது ஓங்காரமட்டுமேயாகும். ஆதலால் பரிபூர்ணாகிய இறைவனைக் குறிக்க இவ்வோரெழுத்தே ஏற்றதாகும். இத்தகையன் என்று உண்மையில் விளக்க வொண்ணாத இறைவனைச் சப்த ரூபத்தில் விளக்குவது ஓங்காரமேயாதலால் இதற்குச் சப்தப் பிரம்மம் என்றும் பெயராம். ஓங்காரத்தின் பெருமை

கிருந்து ஸுவர் லோகம் செல்லுவர். இவ்வுலகு ஸூரிய மண்டலத்திற்கு அப்பால் உள்ளது. இதுவே ஸுவர்க்க மென்றும், இந்திரலோக மென்றும் அறியப்படுமாம். பூவுலக வாஞ்சையால் இப்புவியில் பிறந்த ஆன்மாக்கள் தமது முயற்சியால் சுத்தராகி புனர் ஜன்மம் ஏற்படு மென்ற பயமில்லாத தேவயானமூலமாக ஸுவர் லோகத்தை அடைகின்றனர். இங்கிருந்து காலக்கிரமத்தில் தேர்ச்சி யடைந்து இதனினும் நுண்ணிய மஹோலோகம், ஜனோ லோகம், தபோ லோகம், ஸத்யலோகம் என்ற உல கங்களில் ஸாலோக்யம், ஸாமீப்யம், ஸாரூப்யம் ஸாயுஜ்யம் எனப்படும் கிரமமுக்தியை அடைகின்றனர் வகு சிலரே ஞானயோகத்தால் இவ்வுலகிலேயே முக்தி பறுகின்றனர். இவ்வகை முக்தி ஸத்யோமுக்தி எனப் டும். பித்ருயானம், தேவயானம் என்ற இரு மார்க்கங் ளில் ஒன்றையேனும் பெற இயலாத ஆன்மாக்கள் மனித ரினும் தாழ்ந்த ஜன்மங்களெடுத்து வருந்தி, தகுதியான ாலத்தில் இவ்விரு மார்க்கங்களில் ஒன்றை அடைகின்றனர். உயர்ந்த நிலைக்கோ, தாழ்ந்த நிலைக்கோ செல்லுவது இப்புவி யினின்றே யாதலால் உயர்மானிடப் பிறவியை எய்திய நாம் வாழ்நாளை வீணே கழியாது ஆன்மாவை வீடுபெறச் செய்ய முயலுவது இன்றியமையாத தாகும்.

காயத்ரீ என்றது வேதச்செய்யுள் விசேஷமாகும். டக்கு எட்டெழுத்தாக மூன்று அடிகளையுடைய மந்திர ம். இந்த லக்ஷணமுடைய மந்திரங்களுள் சிறப்புற்று ரங்கும் இந்த மந்திரத்திற்கே காயத்ரீ எனப் பெயரா று. இது மூன்று பாதங்களுள்ளதால் த்ரிபதாகாயத்ரீ ரப்படுகின்றது. இக்குறித்த மந்திரத்தின் முதற்பாதம் ழுத்து குன்றியிருத்தலால், வரேண்யம் என்ற

மூவெழுத்துச் சொல்லே, வரேணியம் என்று நான்கெழுத்தாகக் கொண்டேனும் ஓமென்ற பிரணவத்தை இம்மந்திரத்தின் ஒருபாகமாகவேனும் கொள்ளவேண்டுமாம். காயத்ரீ மந்திரத்தின் மூன்று பாதங்களும் ரிக், யஜுஸ், ஸாமம் என்ற மூன்று வேதசாகைகளினின்றும் கடைந்து திரட்டியெடுத்த ஸாரமென்று மனு கூறுகின்றார். அதர்வசாகையிலிருந்து **परो रजसि सावदोम्** என்ற மற்றொரு பாதம் திரட்டி எடுத்துள்ளதென்றும் அந்த மந்திரத்தை பிரத்யேக உபதேசத்துடன் கற்கவேண்டுமென்றும் கருதப்படுபடுகிறது. நான்கு பாதங்கள் ஏற்படுதலால் அம்மந்திரம் சதுஷ்பதாகாயத்ரீ எனப்படும். காயத்ரீ என்ற சொல்லின் பொருளை நோக்க, அது பரமாத்மாவையே குறிக்கும். **गायन्तं त्रायते यस्मात् गायत्री इत्यभिधीयते** [தன்னை உபாஸிப்பவர்களைக்காப்பாற்றுங் காரணத்தால் காயத்ரீ எனப்படுகிறது].

காப்பாற்றுந்தன்மை தாயிடத்தேயுள்ள ஸ்வபாவமாதலால் இறைவன் காயத்ரீ என்ற பெண்பாற் சொல்லால் துதிக்கப்படுகின்றான். இறைவனே எல்லாருக்கும் தாயும் தந்தையும், உற்றோனுமாதலால் எல்லாப் பெயர்களும் அவனையே சாரும். **स्त्रीपुंनपुंसको भेदो शब्दतो न** [பெண்ணென்றும் ஆணென்றும், அலியென்றும் பேதம் வருவது சொற்களிடத்தேயன்றி, பரமனிடத்தல்ல.]

ஆப:, ஜ்யோதி:, ரஸ:, அம்ருதம், ப்ரஹ்ம என்ற இவ்வைந்து சொற்களும் காயத்ரீ மந்திரத்திற்கு முன்னிற்றலால் இவை காயத்ரீ சிரஸ் எனப்படுகின்றன. அழியாப் பரமனே ஸச்சிதானந்த மயமாகி பூமி அந்தரிக்ஷ ஸுவர் லோகங்களிலும் பரவி ஓங்காரவடிவாயும் இருக்கிறான் என்று உணர்த்துகின்றது. காயத்ரீ மந்திரத்தின் விசேஷ அர்த்தத்திற்கு காயத்ரீமந்திரஜபம் என்ற தலைப்பின் கீழ்க்காண்க.

மூவெழுத்துச் சொல்லே, வரேணியம் என்று நான்கெழுத்தாகக் கொண்டேனும் ஓமென்ற பிரணவத்தை இம்மந்திரத்தின் ஒருபாகமாகவேனும் கொள்ளவேண்டுமாம். காயத்ரீ மந்திரத்தின் மூன்று பாதங்களும் ரிக், யஜுஸ், ஸாமம் என்ற மூன்று வேதசாகைகளினின்றும் கடைந்து திரட்டியெடுத்த ஸாரமென்று மனு கூறுகின்றார். அதர்வசாகையிலிருந்து **परो रजसि सावदोम्** என்ற மற்றொரு பாதம் திரட்டி எடுத்துள்ளதென்றும் அந்த மந்திரத்தை பிரத்யேக உபதேசத்துடன் கற்கவேண்டுமென்றும் கருதப்படுபடுகிறது. நான்கு பாதங்கள் ஏற்படுதலால் அம்மந்திரம் சதுஷ்பதாகாயத்ரீ எனப்படும். காயத்ரீ என்ற சொல்லின் பொருளை நோக்க, அது பரமாத்மாவையே குறிக்கும். **गायन्तं त्रायते यस्मात् गायत्री इत्यभिधीयते** [தன்னை உபாஸிப்பவர்களைக்காப்பாற்றுங் காரணத்தால் காயத்ரீ எனப்படுகிறது].

காப்பாற்றுந்தன்மை தாயிடத்தேயுள்ள ஸ்வபாவமாதலால் இறைவன் காயத்ரீ என்ற பெண்பாற் சொல்லால் துதிக்கப்படுகின்றான். இறைவனே எல்லாருக்கும் பெற்றோனும், உற்றோனு மாதலால் எல்லாப் பெயர்களும் அவனையே சாரும். **स्त्रीपुंनपुंसको भेदो शब्दतो न परार्थतः** [பெண்ணென்றும் ஆணென்றும், அலியென்றும் பேதம் சொல்லுவது சொற்களிடத்தேயன்றி, பரமனிடத்தல்ல.]

ஆப:, ஜ்யோதி:, ரஸ:, அம்ருதம், ப்ரஹ்ம என்ற இவ்வைந்து சொற்களும் காயத்ரீ மந்திரத்திற்கு முன்னிற்றலால் இவை காயத்ரீ சிரஸ் எனப்படுகின்றன. அழியாப் பரமனே ஸச்சிதானந்த மயமாகி பூமி அந்தரிக்ஷ ஸுவர் லோகங்களிலும் பரவி ஓங்காரவடிவாயும் இருக்கிறான் என்று உணர்த்துகின்றது. காயத்ரீ மந்திரத்தின் விசேஷ அர்த்தத்திற்கு காயத்ரீமந்திரஜபம் என்ற தலைப்பின் கீழ்க்காண்க.

ஸங்கல்பம்.

ஒரு கருமத்தை இனிது முடிக்கவேண்டுமாயின் அதனைக் குறித்த மனத்தீர்மானம் அவசியமாகும். அக்கருமம் முடியும் வரையில் வேற்றுத் தொழிலில் மனதைச் சிறிதும் செல்லவொட்டாமல் அக் கருமந்தன்னிலே கருத்தாயிருக்கவேண்டும். சங்கற்பித்த காரியத்தைச்செய்து முடித்த பின்னரே மற்ற தொழில்களைக் கவனிக்க வேண்டுமென்று ஸ்மிருதிகளும் கூறுகின்றன. சங்கற்பம் செய்கையில், இடது உள்ளங்கைமீது வலது உள்ளங்கையைச் சேர்த்து வலது துடைமீது வைத்துக்கொள்ளப் படுகிறது.

ममोपात्तसमस्तदुरितक्षयद्वारा श्रीपरमेश्वर (भगवत्) प्रीत्यर्थं (प्रातः, सायं) सन्ध्यामुपासिष्ये । (माध्याह्निकं करिष्ये) ॥

மமோபாத்த ஸமஸ்த துரிதக்ஷயத்வாரா ஸ்ரீபரமேஸ்வர (பகவத்) ப்ரீத்யர்த்தம் (காலையில் ப்ராத:, மாலையில், ஸாயம்) ஸந்த்யா முபாஸிஷ்யே. (உச்சியில், மாத்யாஹ்நிகம் கரிஷ்யே.)

मम எனது **उपात्त** சம்பாதிக்கப்பட்ட **समस्तदुरितक्षयद्वारा** சகல தீவினைகளும் நசிப்பதன் மூலமாக **श्रीपरमेश्वर (भगवत्) प्रीत्यर्थं** ஸர்வேச்வரனது ப்ரீதியின் பொருட்டு (அவரது கருணையை அடைதற் பொருட்டு) **प्रातः सन्ध्यां** காலை ஸந்தியையை (மாலையில், **सायं सन्ध्यां** மாலை ஸந்தியையை) **उपासिष्ये** உபாஸனஞ்செய்கிறேன். (உச்சியில், **माध्याह्निकं करिष्ये** உச்சிக் கடனைச் செய்கின்றேன்.)

மார்ஜனம்.

மார்ஜன மந்திரம் மூன்று பாதங்களையுடைய காயத்ரீ ரிக்குக்களில் மூன்று கொண்டதாகும். அதாவது ஒன்பது பாதங்களை உடையது. பிரணவத்தை முன்னிட்ட ஒவ்

வொரு பாதத்தை உரைத்தலால், *ம்ருகீமுத்திரையால் தூய நீரெடுத்து சிரத்தில் ப்ரோக்ஷித்துக் கொள்ளவேண்டும். ஒன்பதாவது பாதத்தை உரைக்கையில் கால்களின் இரு பாதங்களிலும் தெளித்துக்கொண்டு ओं भूर्भुवस्सुवः என்று உச்சரித்துக்கொண்டே ஜலத்தால் தன்னை சுற்றிக் கொள்ளவேண்டும். † சிலர் से, स, थ என்ற எழுத்துக்ச முடியும் 3, 4, 8ம் பாதங்களால் ஆகாசத்திலும் (ஹ்ரு திலும்) व, र, व என்ற எழுத்துக்களில் முடியும் 1, 6, ' பாதங்களால் சிரத்திலும் न, न, न என்ற எழுத்துக் முடியும். மற்ற மூன்று பாதங்களால் புவியில் (இ தங்களில்) தெளித்துக் கொள்ளவேண்டு மென்று கூறு கின்றனர்.

आपो हि ष्ठा मयोभुवस्ता न ऊर्जे दधातन। महे रणाय चक्षसे॥ यो वः शिवतमो रसस्तस्य भाजयतेह नः। उशतीरिव मातरः॥ तस्मा अरं गमाम वो यस्य क्षयाय जिन्वथ। आपो जनयथा च नः॥

[ஸம். 4-1-5; ஆர. 10-1]

ஆபோ ஹிஷ்டா மயோபுவஸ்தா ந ஊர்ஜே ததாதந। மஹே ரணாய சக்ஷஸே॥ யோ வ: ஶிவதமோ ரஸஸ்தஸ்ய பாஜயதேஹ ந:। உஶதீரிவ மாதர:॥ தஸ்மா அரம் கமாம வோ யஸ்ய க்ஷயாய ஜின்வத। ஆபோ ஜநயதா ச ந:॥

आपः ஸர்வவியாபியாகிய பரமாத்மாவே! (ஜலரூபமாக இருக்கிற தேவரே!) (நீங்கள்) मयोभुवः ஸுக காரணராக

* பெருவிரல், நடுவிரல், மோதிரவிரல் இம் மூன்றையும் சேர்த்து மற்ற விரல்களையும் நீக்கிப்பிடிப்பது. மான்முகம் போன்ற உருவம் ஏற்படுவதால் இதற்கு ம்ருகீ முத்திரை என்று பெயராயிற்று.

† सेसथत्रयमाकाशे मस्तके वरवत्रयं। नत्रयं भूम्यां प्रोक्तमेतन्मार्जनलक्षणम्॥

स्था हि இருக்கின்றீர் அல்லவா? **ताः** அத்தகைய நீங்கள் **नः** எமக்கு **महे** பெரிதும், சிரேஷ்டமானதும், **रणाय** அழகியது மான, சந்தோஷத்தைத் தரத்தக்க **चक्षसे** காட்சியின் பொருட்டு **ऊर्जे** பலத்தை **दधातन** கொடுமின்.

தேக ரக்ஷணத்திற்கு ஆதாரமாயிருக்கின்ற உணவுப் பொருள்கள் விளைவதற்கு ஜலம் அவசியமாதலாலும், அந்த ஜலம் இறைவனது ஆணையாற்றான் ஏற்பட்டமையால் அதற்கு அதிஷ்டான தேவதையாக பரமாத்மா புகழப் படுகின்றார். அழகிய காட்சி யென்றது ஆன்ம உணர்வு அல்லது ஞானத்ருஷ்டியே யாகும். அந்த ஞானம் ஸித்தி யாகுமளவும் அதை ஸம்பாதிப்பதற்கு தேகதிடம் முதலி யன வேண்டுவதால், தேகபலம், மனோபலம் முதலிய பல ஸமூஹத்தை அருளும்படி வேண்டப்படுகிறது. **ऊर्ज्** எனின் 'அன்னம்' (உணவுப்பொருள்) என்று பொருள்படும். ஆத லால், 'ஸாத்விக உணவைக்கொடுமின்' என்று பிரார்த்தனை செய்வதாகும். இம்மந்திரத்திலும் கீழ்க்கண்ட மந்திரங்களி லும் பரமாத்மா பன்மைச் சொற்களில் புகழப்படுகின்றார்.

वः உங்களுடைய **यः रसः** எந்த ஆனந்தம் **शिवतमः** மிக்க மங்களகரமானதோ **तस्य** அந்த ஸுகத்திற்கு **उशतीः** பிரேமையுள்ள **मातरः इव** அன்னையர் போல் **इह** இங்கு **नः** எங்களை **भाजयत** அடையச் செய்மின்.

பெற்ற அன்னையர் மக்கள் மீது எங்ஙனம் உள்ளன்பு பாராட்டுகின்றனரோ அங்ஙனம், பரமாத்மாவே! நீர் கருணை கூர்ந்து எமக்கு இங்குதானே, இப்பிறப்பிற்றானே, பேரின் பத்தை அளிமின்.

आपः பரமாத்மாவே! **यस्य** எந்த **क्षयाय** நிவாஸத்தின் பொருட்டு **नः** எம்மை **जिन्वथ** ஏவுகின்றீரோ, ரக்ஷிக்கின் றீரோ, **च** மேலும் **जनयथा** பிறப்பிக்கின்றீரோ **तस्मै** அந்த

வாஸஸ்தானத்தின் பொருட்டு वः உம்மை अरं சீக்கிரமாக गमाम அடைகின்ரோம்.

பரமாத்மாவே! உமது மலரடி சேரவேண்டி, நீர் கருணை கூர்ந்து எமக்கு எல்லாம் உதவி, பல ஜன்மங்களெடுக்கச் செய்து, எங்கள் வினைப்பயன் நீங்க, ஞானத்தை அடையச் செய்கின்றீர். இதனை நாங்கள் முற்றுமுணர்ந்து உமது ஆணையைக் கடைப்பிடித்து ஒழுகி உம்மை விரைவில் வந்தடைய முற்படுகின்ரோம். க்ஷய என்ற சொல் 'நாசமடைதல், குறைதல்' என்று பொருள் தருமாதலால், "எந்தப் பாபங்கள் நீங்கும் பொருட்டு எங்களை பல ஜன்மங்கள் எடுக்கச் செய்து ரக்ஷிக்கின்றீரோ, அந்தப் பாபங்களை நீக்குவதற்கு சீக்கிரமாக, ஓ ஜலாபிமான தேவதைகளே! உங்களை அடைகின்ரோம், (ஜலத்தால் மார்ஜனம் செய்து கொள்ளுகிரோம்)" என்றும் பொருள் கூறுவர்.

மார்ஜனம் செய்து கொள்ளுவதால், ஜலத்திலுள்ள ரஸவிசேஷத்தால் மனக்கிளர்ச்சியும் சந்தோஷமும் ஏற்படுகிறது. மேனோக்காக நோக்குமளவில் சரீரத்தை சுத்தி செய்வதாக மட்டில் தோன்றினும் ஆராய்ந்து நோக்க, அதிலுள்ள வித்யுத் சக்திக்கு ஒப்பான ஒருவகைச் சக்தியினால் மனமும், ஹ்ருதயமும் தூய்மை பெறுகின்றன.

மந்திராசமனம்.

கையில் ஆசமனத்திற் போன்று நீரெடுத்து, அகாது காலத்தில் ஓதவேண்டிய மந்திரங்களால் அபிமந்திரித்துப் பருக வேண்டும்.

காலையில் —सूर्यश्च मा मन्युश्च मन्युपतयश्च मन्युकृतेभ्यः । पापेभ्यो रक्षन्ताम् । यद्रात्रिया पापमकार्षम् । मनसा वाचा हस्ताभ्याम् ।

पद्भ्यामुदरेण शिश्ना । रात्रिस्तदवलुम्पतु । यत्किञ्च दुरितं मयि । इदमहं माममृतयोनौ । सूर्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहा ॥

[ஆர. 10.32 (6-25).]

ஸூர்யஶ்ச மா மந்யுஶ்ச மந்யுபதயஶ்ச மந்யுக்ருதேப்ய: । பாபேப்யோ ரக்ஷந்தாம் । யத்ராத்ரியா பாபமகார்ஷம் । மநஸா வாசா ஹஸ்தாப்யாம் । பத்ப்யாமுதரேண ஶிஶ்நா । ராத்ரிஸ்ததவலும்பது । யத்கிஞ்ச துரிதம் மயி । இதமஹம் மாமம்ருதயோநௌ । ஸூர்யே ஜ்யோதிஷி ஜுஹோமி ஸ்வாஹா ॥

सूर्यः च ஜீவதத்வரூபியாகிய ஸூரியனும், **मन्युः च** மனன சிலத்தையுடைய அறிவும், **मन्युपतयः** மன்யுவின் அதிகாரம் பெற்ற ஞானேந்திரியங்களும், **मन्युकृतेभ्यः** கோபம், தன்னெழுச்சி முதலிய துர்க்குணங்களால் தாக்கப்படுதலால் மன்யு இழைக்கும் **पापेभ्यः** தீவினைகளினின்று **मां** என்னை **रक्षन्तां** காப்பாற்றட்டும். **रात्रिया** இரவால் (இரவில்), **मनसा** (தீயனவற்றை நினைந்த மனத்தாலும், **वाचा** (பிறரை இகழ்தல், பொய்யுரைத்தல் இவற்றால்) வாக்கினாலும், **हस्ताभ्यां** (பிறரை துன்புறுத்துதல் முதலானவற்றால்) இருகைகளாலும் **उदरेण** (உண்ணத்தகாதனவற்றைப் புசித்தலால்) வயிற்றாலும், **शिश्ना** (மோஹத்தால் நிஷித்த காலங்களில் புணர்தல் முதலியவற்றால்) ஜனனேந்திரியத்தாலும் **यत् पापं** எந்தத்தீவினை **अकार्षं** செய்யப்பட்டதோ **तत्** அதை **अहः** தேஜோவனாகிய பரமாத்மா **अवलुम्पतु** நசிக்கச் செய்யட்டும். **किञ्च** மற்றும் **यत् दुरितं** யாது தீய நடத்தையுளதோ **इदं** இதையும் **मां** (இத்தீயனவற்றால் சேர்க்கையுற்ற) என்னையும் **सूर्ये ज्योतिषि** ஸூரியனுடைய திவ்ய ஜோதியில் **जुहोमि** ஸமர்ப்பிக்கின்றேன். **स्वाहा** எனது துரிதங்களெல்லாம் நாசமுறுக.

திவ்ய தேஜோமூர்த்தியே! நான் இதுவரை, எனது

அறியாமையால் செய்த குற்றங்களெல்லாவற்றையும் மன்னித்தருளவேண்டி, உம்மையே தஞ்சம் புகுந்தேன். எனது வினைகளைப் போக்குமின்.

மாலையில்—अग्निश्च मा मन्युश्च मन्युपतयश्च मन्युकृतेभ्यः। पापेभ्यो रक्षन्ताम्। यदह्ना पापमकार्षम्। मनसा वाचा हस्ताभ्याम्। पद्भ्यामुदरेण शिश्ना। अहस्तदवलुम्पतु। यत्किञ्च दुरितं मयि। इदमहं माममृतयोनौ। सत्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहा॥

[ஆர. 10-31 (6-24).]

அக்நிஶ்ச மா மந்யுஶ்ச மந்யு பதயஶ்ச மந்யுக்ருதேப்ய: | பாபேப்யோ ரக்ஷந்தாம் | யதஹ்நா பாபமகார்ஷம் | மநஸா வாசா ஹஸ்தாப்யாம் | பத்ப்யாமுதரேண ஶிஶ்நா | அஹஸ்தத வலும்பது | யத்கிஞ்ச துரிதம் மயி | இதமஹம் மாமம்ருதயோநௌ | ஸத்யே ஜ்யோதிஷி ஜுஹோமி ஸ்வாஹா ||

सूर्यः च என்றவிடத்து **अग्निः च** ஜ்யோதி ஸ்வரூபமாகிய அக்நியும், என்றும் **रात्रिया** என்றவிடத்து **अह्ना** பகலில், என்றும் **अहः** என்றவிடத்து **रात्रिः** அறம், பொருள், இன்பம், வீடு என்ற நால்வகைப் புருஷார்த்தங்களை யளித்துக் காக்கும் பரமாத்மா என்றும் **सूर्ये ज्योतिषि** என்றவிடத்து **सत्ये ज्योतिषि** அழியாத தேஜஸ்வில், என்றுங் கொள்ளவேண்டும்.

மேற்கூறிய ஆசமன மந்திரங்களால் முதலில், மெய்யறிவு படையாததினால் ஏற்படுந் தீவினைகளினின்று தன்னைக் காத்தருளப் பிரார்த்தித்து, பின்பு, தான் இதுவரை செய்த தீவினைகளையும் பொறுத்தருளுமாறு வேண்டப்படுகிறது. அதன் பின்னர், தான்செய்த குற்றங்களைக் குறித்து வருந்தி 'நின்சரணல்லால் சரணில்லை' என்று பரமாத்மாவிடம் தஞ்சம் புகுந்து அவரது ஆசி கோரப்படுகிறது.

உச்சியில்—आपः पुनन्तु पृथिवीं पृथिवी पूता पुनातु माम् । पुनन्तु ब्रह्मणस्पतिर्ब्रह्म पूता पुनातु माम् । यदुच्छिष्टमभोज्यं यद्वा दुश्चरितं मम । सर्वं पुनन्तु मामापोऽसताञ्च प्रतिग्रहꣳस्वाहा ॥
[ஆர. 10-30 (6-23.)]

ஆப: புநந்து ப்ருதிவீம் ப்ருதிவீ பூதா புநாது மாம் ।
புநந்து ப்ரஹ்மணஸ்பதிர் ப்ரஹ்ம பூதா புநாது மாம் ।
யதுச்சிஷ்டமபோஜ்யம் யத்வா துஶ்சரிதம் மம ।
ஸர்வம் புநந்து மாமாபோஸதாஞ்ச ப்ரதிக்ரஹக் ஸ்வாஹா ॥

आपः *ஸர்வ வியாபியாகிய பரமாத்மா* **पृथिवीं** *புவியை (இந்த ஸ்தூல சரீரத்தை)* **पुनन्तु** *பரிசுத்தம் செய்யட்டும்.* **पूता** *பரிசுத்தி யடைந்த* **पृथिवी** *இந்த ஸ்தூல சரீரம்* **मां** *என்னை (ஸூக்ஷ்ம சரீராபிமானியாகிய ஜீவனை)* **पुनातु** *பரிசுத்தம் செய்க.* **ब्रह्मणस्पतिः** *வேதநாயகனாகிய பரமாத்மா* **ब्रह्म** *வேதத்தை* **पुनन्तु** *பரிசுத்தம் செய்யட்டும்.* **पूता** *தூய்மையுற்ற வேதவொளி* **मां** *என்னை (காரண சரீராபிமானியாகிய ஜீவனை)* **पुनातु** *தூய்மை புரிக.* **यत्** *எது* **उच्छिष्टं** *உண்ட மிச்சமோ* **अभोज्यं** *உண்ணத்தகாததோ* **यत् वा** *எது* **मम** *என்னுடைய* **दुश्चरितं** *தீய நடத்தையோ* **असतां** *அயோக்கியரிடமிருந்து பெற்ற* **प्रतिग्रहं** *தானமோ* **(तत्) सर्वं** *அவை எல்லாவற்றையும்,* **मां** *(இவற்றின் சேர்க்கையுற்ற) என்னையும்* **आपः** *(ஜலரூபமாகிய) பரமாத்மா,* **पुनन्तु** *பரிசுத்தம் செய்யட்டும்.*

தூய நீரை மெய்யன்புடன் உட்கொள்ளுதலால் தேகத்திலுள்ள ஸ்தூல இந்திரியங்கள் பரிசுத்தமாகி, அதனால் மனமும், மனத்தூய்மையால் ஜீவனும் பரிசுத்தமாகிறது. உண்ட மிச்சத்தைக் கொள்ளுதலால் தொத்து நோய் முதலிய விஷமங்கள் ஏற்படுமென்றும், உண்ணக்கூடாதனவென விலக்கப்பட்டவைகளை உண்பதால் தேகாரோக்

கியத்திற்குக் கேடு விளைவிப்பதன்றி ஆன்ம த்ருஷ்டியில் மனஞ்செல்லாத கேவல மிருக குணங்களையே அதிகரிக்கச் செய்து வாழ்வின் லக்ஷ்யத்தை மறக்கச் செய்யுமென்றும், அயோக்கியரிடமிருந்து தானம் பெறுதலால் அவர்கள் ஒரு தீய நோக்கத்துடன் தானங்கொடுத்து அதனால் சில இடையூறுகளுக்கு ஆளாக்குவார்களென்றும், இத்தகைய தீய வழிகளினின்று விலகி நல்வழிப் படவேண்டுமென்றதை ஸூசிக்கவே இவை இங்கு குறிப்பிடப்பட்டன வெனக் காண்க.

புனர் மார்ஜனம்.

ஆசமனஞ் செய்து பின்னும் ஒருமுறை கீழ்க் காணும் மந்திரங்களால், ஒவ்வொரு பாதத்தின் இறுதியை உச்சரிக்குங்கால் சிரஸில் ப்ரோக்ஷித்துக் கொள்ளுகின்றனர்.

दधिक्राव्णो अकारिषं जिष्णोरश्वस्य वाजिनः ।
सुरभिनो मुखा करत्प्र ण आयूंषितारिषत् ॥ ஸம். 1-5-11.

ததிக்ராவ்ணோ அகாரிஷம் ஜிஷ்ணோரஶ்வஸ்ய வாஜிந:।
ஸுரபிநோ முகாகரத் ப்ர ண ஆயூம்ஷி தாரிஷத் ॥

जिष्णोः ஜயசீலனும் **वाजिनः** அதிவேக முடையவனும் **अश्वस्य** எங்கும் வியாபகனுமாகிய **दधिक्राव्णः** லோகயாத்ரா நிர்வாஹகனுகிய பரமேச்வரனுடைய (ஸ்தோத்திரங்களை) **अकारिषं** செய்திருக்கிறோம். (அவர்) **नः** எமது **मुखा** வாக்குகளை **सुरभिनः** மதுரமாக **करत्** செய்யட்டும் **आयूंषि** ஆயுளையும் **प्रतारिषत्** பெருகச் செய்யட்டும்.

பரமாத்மாவே! உம்மைப் புகழத்தக்க இனிய வாக்கை அருளுமின். எமது ஆயுளையும் பெருகச் செய்மின்: அதனால், இப்பிறவியிலேயே உம்மை உணர்கின்றோம்.

இந்த ரிக்கினால் மதுரவாக்கு பிரார்த்திக்கப்படுகின்ற மையால் இது ஸௌரபிமதீ ரிக் எனப்படுகிறது. **दधिक्रावा** என்ற சொல் **दधत् क्रामति** 'சுமந்து செல்லுகின்றது' எனப் பொருள் படுதலால் அக்னி ரூபமாயும், ஸூர்ய ரூபமாயு முள்ள இறைவனைக் குறிக்கும். அக்னி தன்னில் ஹோமம் செய்யப்படும் பதார்த்தங்களை பஸ்மமாக்கி, ஸ்தூல பரமா ணுக்களை ஆகாயத்திற் கிளப்பிச் சுற்றியுள்ள ஆகாயத்தைப் பரிசுத்தம் செய்கிறது. அன்றி, இந்த அக்நி தேவர்களைத் திருப்தி செய்து, மழைக்குங் காரணமாகிறது. ஸூரிய னும் தனது கிரணங்களால் ஆகாயத்தைப் பரிசுத்தம் செய்து மழையைத் தருவிக்கின்றது. பரமாத்மா இவற்றின் அந்தர்க்கதனாக ஸ்துதிக்கப்படுகின்றார்.

இம் மந்திரத்தின் ஒவ்வொரு பாதத்திலும் மார்ஜனம் செய்துகொண்டு முன்னரே கூறியுள்ள 'ஆபோஹிஷ்டா' முதலிய மூன்று ரிக்குக்களாலும் முன்போலவே மார்ஜனம் செய்து கொள்ளுகின்றனர். ஆந்திரர், இனி கூறப்படும் நான்கு மந்திரங்களால் பின்னும் மார்ஜனம் செய்து, அகமர் ஷண மந்திரத்தையும் ஓதுகின்றனர்.

1. हिर॑ण्यवर्णा॒श्शुच॑यः पाव॒का यासु॑ जा॒तः क॒श्यपो॒ यास्विन्द्रः॑ ।
अ॒ग्निं या गर्भं॑ दधि॒रे विरू॑पास्ता न॒ आप॒श्शꣳ स्यो॒ना भ॑वन्तु ॥
2. यासा॒ꣳ राजा॒ वरु॑णो याति॒ मध्ये॑ सत्यानृ॒ते अ॑व॒पश्य॒ञ्जना॑नाम् ।
म॒धु॒श्चुत॒श्शुच॑यो॒ याः पा॑व॒कास्ता न॒ आप॒श्शꣳ स्यो॒ना भ॑वन्तु ॥
3. यासां᳚ दे॒वा दि॒वि कृ॒ण्वन्ति॑ भ॒क्षं या अ॒न्तरि॑क्षे बहु॒धा भव॑न्ति ।
याः पृ॑थि॒वीं पय॑सो॒न्दन्ति॑ शु॒क्रास्ता न॒ आप॒श्शꣳ स्यो॒ना भ॑वन्तु ॥

4. शिवेन मा चक्षुषा पश्यतापश्शिवया तनुवोपस्पृशत त्वचं मे ।
सर्वाꣳ अग्नीꣳ रप्सुषदो हुवे वो मयि वर्चो बलमोजो निधत्त ॥

[ஸம். 5-6-1.]

ஹிரண்யவர்ணாஶ்ஶுசய: பாவகா யாஸு ஜாத:
கஶ்யபோ யாஸ்விந்த்ர: । அக்நிம் யா கர்ப்பம் ததிரே
விரூபாஸ்தா ந ஆபஶ்ஶக்ம்ஸ்யோநா பவந்து ॥
யாஸாக்ம் ராஜா வருணோ யாதி மத்யே ஸத்யாந்ருதே
அவபஶ்யன் ஜநாநாம் । மதுஶ்சுத: ஶுசயோ யா:
பாவகாஸ்தா ந ஆபஶ்ஶக்ம் ஸ்யோநா பவந்து ॥
யாஸாம் தேவா திவி க்ருண்வந்தி பக்ஷம் யா அந்தரிக்ஷே
பஹுதா பவந்தி । யா: ப்ருதிவீம் பயஸோந்தந்தி
ஶுக்ராஸ்தா ந ஆபஶ்ஶக்ம் ஸ்யோநா பவந்து ॥
ஶிவேந மா சக்ஷுஷா பஶ்யதாபஶ்ஶிவயா தநுவோ
பஸ்ப்ருஶத த்வசம் மே । ஸர்வாக்ம் அக்நீக்ம் ரப்ஸுஷதோ
ஹுவே வோ மயி வர்ச்சோ பலமோஜோ நிதத்த ॥

कश्यपः *ஸர்வ ஸாக்ஷியான ஸூரியன்* **यासु** *எவரிடத்தி னின்று* **जातः** *தோன்றினாரோ* **यासु** *எவரிடத்தினின்று* **इन्द्रः** *இந்திரன்* (**जातः** *தோன்றினாரோ*), **याः** *யாவர்* **अग्निं** *அக்னியை* **गर्भं दधिरे** *கர்ப்பத்தில் தரித்தனரோ (எவரிடத்தில் அக்னியின் சக்திகள் உளவோ)* **ताः** *அந்த* **विरूपाः** *நானாரூபமாக, (விச்வ ரூபமாக) விளங்கும்,* **हिरण्यवर्णाः** *பூர்ணதேஜஸ்ஸுடன் விளங்குகிறவரும்* **शुचयः** *பரிசுத்தரும்,* **पावकाः** *பிறரை தூய்மை செய்ய வல்லவருமாகிய* **आपः** *ஸர்வவியாபியான பரமாத்மா* **नः** *எங்களுக்கு* **शंस्योनाः** *மங்களத்தையும் ஸுகத்தையும் அளிப்பவராக* **भवन्तु** *விளங்குக.*

பரமாத்மாவே ! நீர் எல்லாவற்றிற்கும் காரணராகி ஸர்வசக்தராய் இருக்கின்றீர். ஆதலால் நீர் எமக்குப் பேரானந்தத்தை விளைவியும்.

'ஆப' என்ற சொல்லுக்கு 'ஜலம்' என்ற ஸாமான்யப் பொருள் கொள்ளுகையில், **कश्यपः यासु जातः** ஸூரியன் எந்த ஜலத்தில் (உதயமாவதாகத்) தோற்றுகின்றனோ **यासु इन्द्रः** எவற்றில் இடி மின்னல் முதலியனவை உண்டாகின்றனவோ, (எவை காரணமாக இருக்கின்றனவோ) **याः अग्निं गर्भं दधिरे** எவை அக்னியை, (மின்சாரம் முதலிய அக்னி சக்திகளைத்) தன்னிலுடைத்தோ, **ताः** அந்த **विरूपाः** (பாத்ராநுஸாரமாகப்) பலவுருவங்கொள்ளும் **आपः** ஜலம் (ஜலாபிமான தேவதை) **नः** எமக்கு **शं स्योनाः भवन्तु** அம்ருத ரூபமாக விளங்குக, என்றும் கொள்ளவும்.

(2) **यासां मध्ये** எவருக்கிடையே **राजा वरुणः** ஒளிரும் ஸாக்ஷிசைதன்னியம் **जनानां** மனிதர்களின் **सत्यानृते** புண்ணிய பாபங்களை **अवपश्यन्** (ஸாக்ஷியாயிருந்து) பார்த்துக் கொண்டே **याति**(அனுக்ரஹ நிக்ரஹம் செய்து கொண்டு போகின்றதோ) **याः** யாவர் **मधुश्चुतः** மாதுர்யம் பொழியும் தன்மையரோ, **शुचयः पावकाः** தூயரும், பிறரைத் தூய்மை புரிய வல்லவருமாகிய **ताः आपः** அந்தப் பரமாத்மா **नः** எமக்கு **शंस्योनाः भवन्तु** பூர்ண ஸுகரூபியாக விளங்கட்டும்.

பரமாத்மாவே! நீர் எல்லாம் உணர்ந்து, எங்களைக் காப்பாற்றும் சக்தியுள்ளவர்; கருணைக் கடல். ஆதலால் எமக்குப் பேரானந்தத்தை அருளுமின்.

ஜலமெனக் கொள்ளுகையில், **यासां मध्ये** எந்த ஜலத்தின் மத்தியில் **राजा वरुणः** பிரகாசமாக விளங்கும் சைதன்னியம் (இறைவனை அந்தர்க்கதனாகக் கொண்ட ஸூரியன்) **जनानां** ஜீவர்களின் **सत्य अनृते** நல்வினை தீவினைகளை **अवपश्यन्** பார்த்துக் கொண்டே **याति** செல்லுகின்றதோ **याः** எந்த ஜலம் **मधुश्चुतः** ஜீவர்களுக்கு அமுதை அளிக்கும் தன்மையதோ

शुचयः पावकाः மிகத் தூய **ताः आपः** அந்த ஜலம் **शंस्योनाः भवन्तु** இன்பமளிக்கட்டும்.

(3) **यासां** எவரிடத்தில் **देवाः** தேவர்கள் (பிரகாசப் படைப்புகள்) **दिवि कृण्वन्ति** பிரகாசத்தை அடைகின்றனவோ, (எந்த பரமாத்மாவின் சக்தியால் சூரியன் முதலான ஒளிகள் பிரகாசமாக விளங்குகின்றனவோ,) **याः** யாவர் **अन्तरिक्षे** ஆகா சத்தில் **बहुधा भवन्ति** அநேக வித ஒளிகளாக விளங்குகின்றாரோ **याः** யாவர் **पृथिवीं** பூமியை **पयसा** ஜீவாதாரமான ஜலத்தால் **उन्दन्ति** களிக்கச் செய்கின்றாரோ, செழிக்கச் செய்கின்றாரோ, **ताः** அந்த **शुक्राः** ஸ்வச்சமான **आपः** பரமாத்மா **नः** எமக்கு **शंस्योनाः भवन्तु** மிக்க மங்களரூபியாக விளங்குக.

பரமாத்மாவே! நீர் இனியனாக எங்கும் விளங்கி, எல்லோரையும் களிப்புறச் செய்கின்றீர். ஆதலால் எமக்குப் பேரானந்தத்தை விளைவியும்.

ஜல மெனக் கொள்ளுகையில், **यासां** எவற்றில் **देवाः** இந்திரியங்கள் **दिवि कृण्वन्ति** களிக்கின்றனவோ (ஜல மில்லாத போது சோர்ந்தும், ஜலங்கண்டவுடனே இந்திரியங்கள் மலர்ந்தும் விளங்குகின்றமையால்) **याः** எவை **अन्तरिक्षे** ஆகா சத்தில் **बहुधा भवन्ति** ஆவியாகவும், மேகமாகவும், பனியாகவும் அநேக விதமாக ஆகின்றனவோ, **याः** எவை **पृथिवीं** பூமியை **पयसा** மழையால் **उन्दन्ति** (பயிர் பச்சைகளால்) செழிக்கச் செய்கின்றனவோ **ताः** அந்த **शुक्राः** தூய **आपः** நீர் **नः** எமக்கு **शंस्योनाः भवन्तु** சுகத்தையும் சந்தோஷத்தையும் அளிக்கட்டும்.

(4) **शिवेन** மங்களகரமான **चक्षुषा** கருணைகடாக்ஷத்தால் **मा** என்னை, **पश्य** பாரீர். **शिवया तनुवा** மங்களஸ்வரூபத்துடன் **मे** எனது **त्वचं** தேகத்தை **उपस्पृशत** வியாபித்துப் பரிசுத்தம் செய்மின். **वः** உங்களது **अप्सुषदः** செவ்வனே பரிபாலிக்கும் ஸ்வபாவமுடைய **सर्वान् अग्नीन्** ஸகலதேஜஸ்ஸுகளையும்

சக்திகளையும், **वर्चः** பிரம்ம வர்ச்சஸ்ஸையும், **बलं** சரீர பலத்தை யும், **ओजः** உத்ஸாஹத்தையும், (ஆத்ம பலத்தையும்) **मयि** என்னிடத்தில் **निधत्त** ஸ்திரமாக இருக்க **हुवे** பிரார்த்திக் கின்றேன்.

எல்லாம் வல்லராகி, எல்லாம் உணர்வராகி, இனியராய் எங்கும் விளங்கும் இறைவனே! உமது அபாரகுணங் களை என்னிடத்திலும் இருத்தும். அதனால் நான் புனிதனு கின்றேன்.

அகமர்ஷணம்.

அகமர்ஷணமென்றால் பாபசமனம், அல்லது பாவக் கழிவு என்று பொருள்படும். அகமர்ஷண மந்திரத்தை ஓதுவதினால் ஸகல துரிதங்களும் நாசமுறு மென்பது நம்மவர் கொள்கை. ஆசமனத்திற்போன்று கையில் தூய நீரெடுத்து, கீழ்க்கண்ட மந்திரத்தையோதி, மோந்து கீழ் விடவேண்டும்.

द्रुपदादिव मुञ्चतु* । द्रुपदा दिवेन्मुमुचानः । स्विन्नः स्नात्वी मलादिव । पूतं पवित्रेणेवाज्यम् । आपश्शुन्धन्तु मैनसः ॥ ப்ரா-2-6-6.

த்ருபதாதிவ முஞ்சது* । த்ருபதாதிவேன்முமுசாநः । ஸ்விந்ந: ஸ்நாத்வீ மலாதிவ। பூதம் பவித்ரேணேவாஜ்யம் । ஆப: ஶுந்தந்து மைநஸ: ॥

द्रुपदात् इव கட்டு மரத்தினின்று போன்று **मुञ्चतु** என்னை (ஸகலவித பந்தங்களினின்றும்) விடுவிக்கட்டும். **द्रुपदात्** கட்டு மரத்தினின்று **मुमुचानः इव** விடுபட்டவன் போன்றும், **स्विन्नः** வியர்வையை அடைந்தவன் **स्नातः** நீராடுதலால் **मलात्** அழுக் கினின்று (**मुमुचानः**) **इव** நீங்கியவன் போன்றும், **आज्यं** பிரக்

* அநேக பாடங்களில் காணப்படவில்லை.

ருதியின் குணம் (அல்லது நெய்) **पवित्रेण** தூய ஞானத்தால் (தர்ப்பத்தால்) **पूतं इव** பரிசுத்தமடைவது போன்றும் **आपः** ஸர்வ வியாபியாகிய பரமாத்மா **मा** என்னை **एनसः** (ஸகல) பாபங்களினின்றும் **शुन्धन्तु** பரிசுத்தம் செய்யட்டும்.

அர்க்கியப்ரதானம்.

ओं भूर्भुवस्सुवः । ओं तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गोदेवस्य धीमहि ।
धियो यो नः प्रचोदयात् ॥

ஓம் பூர்புவஸ்ஸுவ: । ஓம் தத்ஸ விதுர்வரேண்யம்
பர்க்கோ தேவஸ்ய தீமஹி । தியோ யோ ந: ப்ரசோதயாத் ॥

ஆசமனஞ்செய்து அர்க்கியமளிக்கச் சித்தமாகவேண்டும். அர்க்கிய மென்றது வழிபடு முறைகளில் ஒரு முக்யாம்சமாகக் கருதப்படுகிறது. இங்கு வழிபடும் தேவன், ஸூரிய மண்டலத்தின் நடுவே வீற்றிருப்பதாகக் கொண்டுள்ள பரமாத்மாவே யாகும். தேவ முத்திரையால் (இரு கைகளை ஒன்றாகச் சேர்த்துக் கிண்ணம்போல் வளைத்து பெருவிரல்களை நீக்குதல்), தூய நீரெடுத்து ஸூரிய திசையை நோக்கி காயத்ரீமந்திரத்தால் அபிமந்திரித்து, உயர்த்திக் கீழ்விடவேண்டும்.

காலை மாலைகளில் மும்முறையும் உச்சியில் இரண்டு அர்க்கியங்களும் கொடுக்கப்படுகின்றன. அர்க்கியம் கொடுக்க வேண்டிய காலத்தைக்குறித்து, 'காணுமற் கோணுமற் கண்டுகொடு' என்று நம் நாட்டு வசனமொன்று உண்டல்லவா? அதன்படியே, காலையில் உதயத்திற்கு முன்னும், உச்சியில் ஸூரியன் ஆகாச மத்தியிற் காணும்போதும், மாலையில் ஸூரியபிம்பம் மறையுந் தருவாயிலும் அர்க்கியம் கொடுப்பது ஏற்ற காலமாம்.

அர்க்கியப்ரதானத்தைக் குறித்து தைத்திரீய ஆரண்யகத்தில் ஓர் அர்த்தவாதம் காணப்படுகிறது. அதன் சுருக்கம் பின்வருமாறாகும்: முன்னொரு காலத்தில் தேவர்களும் அஸுரர்களும் ஸ்வர்க்கபதவியைக் குறித்து யாகம் செய்தனர். தேவர்கள் தமது தவச்சிறப்பினாலும் அறவொழுக்கினாலும் வேள்வியை இனிது முடித்து ஸ்வர்க்கமேகினர். தமது பலமே பெரிதெனக்கொண்ட அஸுரர்கள் வேள்வியை முடிக்க இயலாது, தேவர்களால் தோல்வியுற்றாராயினர். பின்பு அஸுரர்கள் கடுந்தவம் புரிந்து 'ஆதித்யன் எங்களுடன் சண்டையிடுக' என்று பிரம்மனிடம் வரங் கேட்க, அவரும், 'அப்படியே ஆகுக' என்று வாக்களித்தார். ஆகையால் அவர்கள் ஸூரியனுடன் பகல் முழுதும் சண்டையிட்டு, காயத்ரியால் அபிமந்திரித்த அர்க்கியமளித்தலால் சமனமடைகின்றனர். ஆதலால் பிரம்மவாதிகள் கிழக்குமுகமாக நோக்கி ஸந்தியா காலத்தில் அர்க்கியங் கொடுக்கின்றனர். அந்த ஜலம் வஜ்ராயுதமாகி அரக்கர்களை அருணமெனும் மந்தேஹாரது தீவில் வீழச் செய்கின்றது. தம்மை வலஞ்சுற்றி வருவதால் அரக்கரை வதைத்த பாபத்தினின்று நீங்குகின்றனர். எந்த அந்தணன் காலையிலும், மாலையிலும், ஆதித்யனை பரமாத்மாவாக உணர்ந்து தியானிக்கின்றானோ அவன் பரமஸுகம் பெற்று பரமனோடு ஐக்யமடைகின்றான்.

இங்கு **विद्वांसो हि वै देवाः असुराः प्राणपोषकाः मोक्षोपायरहिताः** என்ற ஶ்ருதிப்படி தேவரென்பவர் அன்பு, அடக்கம், அஹிம்சை முதலிய நல்லொழுக்கங்களுடைய அறவோர்களே. இதற்கு மாறான தன்னெழுச்சி மிகுந்த மிருக பலத்தையே மேலானதாகக் கொண்டவர்களே அஸுரராவர். மாம்ஸபலம் பெற்றதனாலேயே எக்காரியங்களையும் செய்து

விடலாமென்று முற்பட்டு, ஆரம்பத்தில் ஜயம் பெறுவதற்கான ஸூசனைகள் தோன்ற அகமகிழ்கையில், அஹிம்ஸை முதலிய ஆத்ம பலம்பெற்ற அறவோர்களே முடிவில் வெற்றி பெறுகின்றனர். இவ்வாறு மிருகபலத்திற்கும் ஆத்ம பலத்திற்கும் ஏற்படும் போராட்டமே தேவாஸுரயுத்தமாம். ஆதலால் மானிடர் ஆத்மபலமெனும் ஞானத்தைப் பெற வேண்டு மென்ற நோக்கத்துடன், அதன் ஸூசனையாக அர்க்கியம் கொடுக்கின்றனர். அதாவது, "பரமாத்மாவே! நாங்கள் ஆத்ம பலத்தின் பெருமையை உணர்வோம்; ஆதலின் அதையே பெற விரும்புகின்றோம். எங்களை அடையச் செய்மின்" என்று வேண்டுதலாகும். விசுவாமித்திரரும், **धिक् क्षत्रियबलं ब्रह्मतेजो बलं बलम्** என்றல்லவோ கூறினர்!

ஆந்திரர் உச்சிக் காலத்தில் ஹம்ஸவதீ ரிக்கால் அபிமந்திரித்து ஒரு முறையும், காயத்ரீயால் ஒரு முறையுமாக இரு அர்க்கியங்கள் கொடுக்கின்றனர். காலை மாலைகளில் காயத்ரீயால் அபிமந்திரித்து, திராவிடர்களைப் போன்று, மூன்று அர்க்கியங்களே கொடுக்கின்றனர்.

हंसः शुचिषद्वसुरन्तरिक्षसद्धोता वेदिषदतिथिर्दुरोणसत् ।
नृषद्वरसदृतसद्व्योमसदब्जा गोजा ऋतजा अद्रिजा ऋतं बृहत् ॥

[ஸம். 1·8-15; ஆர. 10-12 (6-10).]

ஹம்ஸ: ஶுசிஷத்வஸுரன்தரிக்ஷஸத்தோதா வேதிஷததிதிர்துரோணஸத் । ந்ரிஷத்வரஸத்ரிதஸத்வ்யோமஸதப்ஜா கோஜா ரிதஜா அத்ரிஜா ரிதம் ப்ருஹத் ॥

शुचिषत् ஸ்வச்சமாக விளங்கும், **हंसः** ஸர்வ வியாபியாகிய பரமாத்மா **वसुः** ப்ராணாதாரமாகிய வாயு ரூபியாகி **अन्तरिक्षसत्** அந்தரிக்ஷத்தில் விளங்குகிறார். **होता** அக்னியின் தேஜோ

ரூபியாகி वेदिषत् யாக மேடையில் விளங்குகிறார். अतिथिः குறித்த நிலையில்லாத விருந்தாகி दुरोणसत् இல்லங்களில் விளங்குகிறார். वरसत् சிரேஷ்டமான சகல வஸ்துக்களிலும் வஸிக்கின்றார். ऋतसत् வேத வொளியாக அல்லது யக்ஞ ரூபியாக விளங்குகிறார். व्योमसत् வானத்தில் நக்ஷத்திரம் முதலிய ஒளிகளாகவும் விளங்குகின்றார். अब्जा நீரிலுண்டானவை, गोजा நிலத்திலுண்டானவை, ऋतजा இயற்கை விதிகளால் ஏற்பட்டவை अद्रिजा மலைமீதுண்டாகும் ஓஷதி முதலியன (இவையெல்லாம்) ऋतं பரமாத்மாவே. बृहत् அவர் எங்குமுளராகி விளங்குகிறார்.

பரமாத்மாவே! நீர் எல்லாவற்றின் தத்துவஞாக விளங்குகின்றீர். உம்மை ஒருவாறு உணர்ந்தேன். என் மடமை ஒழிக.

'ஹம்ஸ' என்ற சொல்லைக் கொண்டு ஆரம்பித்தலால் இந்த மந்திரம் ஹம்ஸவதீ ரிக் எனப்படுகிறது. இது ஏகத்துவத்தைக் கற்பிக்கும் சிரேஷ்டமான மந்திரமாகும். ஹம்ஸ என்ற சொல் சூரியனென்றும், ஸூர்யாந்தர்க்கதஞாகிய பரமாத்மா வென்றும் பொருள்படும். பரமாத்மா தூயவொளியாக விளங்குவதால் ஶுசிஷத் என்றும், வாஸயோக்கியரும் ஸ்வப்ரகாசருமாதலால் வஸு என்றும், விண்ணொளிகளாக விளங்குவதால் அந்தரிக்ஷஸத் என்றும், யாகத்தின் பயனை அருளலால் ஹோதா என்றும், யாக வேதிகைகளில் துதிக்கப்படுதலால் வேதிஷத் என்றும், குறித்த இடமின்றி எங்குமிருப்பவராதலால் அதிதி என்றும், பிரம்மாண்ட முழுதும் வியாபித்திருத்தலாலும், யாகத்தில் அதிதிஸத்காரத்துடன் வரவேற்கப்படும் ஸோம லதா ரூபமாக குடத்தில் இருப்பதாலும் துரோணஸத் என்றும், மானிடருள்ளத்தில் சைதன்னிய ரூபியாக இருத்த

லால் ந்ரீஸத் என்றும், சிரேஷ்ட வஸ்துக்கள் எல்லாவற்றிலும் அறியப்படுதலால் வரஸத் என்றும், யாகவுருவாயும் வேதவுருவாயும் இருத்தலால் ரிதஸத் என்றும், வாயு மண்டலமெங்கும் அவகாசியிருத்தலால் வ்யோமஸத் என்றும், ஜலத்தின் ஜீவதத்துவரூபியாக இருத்தலால் அப்ஜா என்றும், கிரணரூபியாகி எல்லாவற்றையும் பிரகாசிக்கச் செய்கின்றமையால் கோஜா என்றும், ஸத்யவேதத்தின் வாயிலாக அறியப்படுதலால் ரிதஜா என்றும், மலைகளிலுள்ள ஔஷதியுருவாயுமிருத்தலால் அத்ரிஜா என்றும், ஸகல ஸ்ருஷ்டிகாரணராயுள்ள சக்தியாதலால் ரிதம் என்றும், அகண்டராய் எங்கும் பரவியிருத்தலால் ப்ருஹத் என்றும் அறியப்படுகின்றார்.

ப்ராயச்சித்தார்க்கியம்.

சரியான காலத்தில் அர்க்கியங்கொடுக்கத் தவறுதலால் ஏற்படும் தோஷத்தைக் குறித்து வருந்தி, அதனால் ஏற்படும் பாபம் நீங்க மற்றொரு அர்க்கியம் கொடுக்கப்படுகிறது. இதற்கு 'ப்ராயச்சித்தார்க்கியம்' என்பர். பிராணாயாமம் செய்து, *परमेश्वरप्रीत्यर्थं कालातीतदोषप्रायश्चित्तार्थं पुनरर्घ्यप्रदानं करिष्ये [பரமேச்வரனுடைய அருள் வேண்டி, காலந்தவறிய தோஷம் விலக பின்னுமொரு அர்க்கியம் கொடுக்கிறேன்] என்று சங்கற்பித்து காயத்ரீயால் அபிமந்திரித்த அர்க்கியம் ஒரு முறை கொடுக்க வேண்டும்.

ஆத்ம ப்ரதக்ஷிணம்.

असावादित्यो ब्रह्म ॥ ब्रह्मैवाहमस्मि ॥

அஸாவாதித்யோ ப்ரஹ்ம ॥ ப்ரஹ்மைவாஹமஸ்மி ॥

---

*பரமேஶ்வரப்ரீத்யர்த்தம் காலாதீததோஷ ப்ராயச்சித்தார்த்தம் புநரர்க்ய ப்ரதாநம் கரிஷ்யே ॥

பிரணவத்தை முன்னிட்ட மூன்று வியாஹ்ருதிகளால் ஜலத்தைச் சுற்றித் தெளித்து தன்னையும் வலம் வந்து, **असौ आदित्यः ब्रह्म** [இந்த (திவ்ய தேஜஸ்ஸுடன் விளங்கும்) ஸூரியன் பிரம்மமே] என்று ஸூரியனை நோக்கி உரைத்து **ब्रह्म एव अहं अस्मि** [நான் அந்த பிரம்மமாகவே இருக்கிறேன்] என்று தன் உள்ளத்து விளங்கும் ஆத்மாவைக் குறித்து தியானஞ் செய்ய வேண்டும்.

அஸாவாதித்யோ ப்ரஹ்ம என்பதனால், தான் உபாஸனஞ் செய்வது கேவலம் ஸ்தூலமாகக் காணப்படும் ஸூரியனைக் குறித்து அல்லவென்றும், அதன் அந்தர்யாமியாக விளங்கும் பரமாத்மாவைக் குறித்தே என்றும் விளக்கப்படுகிறது. ப்ரஹ்மைவாஹமஸ்மி என்றது, ஆன்ம உணர்வு ஏற்படும்வரையில்தான் ஜீவாத்ம பரமாத்ம பேதமென்றும் ஆன்ம உணர்வு பெற்றதும் இரண்டற்று விளங்குகிறது என்றுமுள்ள அத்வைதத்தின் கொள்கையை விளக்குகிறது. இத்தகைய அபேத ஞானத்தை அடைவதற்கே ஸந்தியை முதலிய ஸகலவித கருமங்களையும் செய்கின்றோம்.

ஸந்தியாங்க தர்ப்பணம்.

आदित्यं तर्पयामि +++ दामोदरं तर्पयामि ॥

ஆதித்யம் தர்ப்பயாமி +++ தாமோதரம் தர்ப்பயாமி ॥

இஃது ஸந்தியையின் முக்கியாம்சமாக இல்லாவிடினும் ஆசரிக்கப்பட்டு வருகிறது. ஸூரியன், சந்திரன் முதலிய நவக்கிரகங்கள், பன்னிரு மாதங்களின் அதிதேவதைகளெனக்கருதப்படுகின்ற கேசவ, நாராயண முதலிய பரமாத்மாவின் பன்னிரு திருநாமங்கள், இவைகளை முறையே கூறி ஒவ்வோர் அர்க்கியம் கொடுக்கப்படுகிறது.

आदित्यं तर्पयामि ‘ஆதித்யனை திருப்தி செய்கின்றேன்’ என்பது போன்று பொருள் கொள்ளவும்.

ஆந்திரர் இத்தர்ப்பணம் செய்வதில்லை. ஆனால் சிலர், காலையில் ஸந்த்யாம் தர்ப்பயாமி, காயத்ரீம் தர்ப்பயாமி, ப்ராஹ்மீம் தர்ப்பயாமி, நிம்ருஜீம் தர்ப்பயாமி என்றும், உச்சியில் காயத்ரீம், ப்ராஹ்மீம் என்ற விடத்தில் ஸாவித்ரீம், ரௌத்ரீம் என்றும், மாலையில் ஸரஸ்வதீம், வைஷ்ணவீம் என்றும் முறையே ஓதி நான்கு அர்க்கியங்களைக் கொடுக்கின்றனர். நிம்ருஜீ என்றால் ஸர்வ சக்தியுடன் கூடிய உருவெனப் பொருள்படும். காயத்ரீ, ப்ராஹ்மீ (பிரம்ம சக்தி) என்பவற்றின் விளக்கத்தை காயத்ரீ ஆவாஹனம் என்ற தலைப்பின் கீழ்க் காண்க.

ஸந்தியோபாஸனத்தின் முதற்பாகம் இத்துடன் முடிவு பெறும்.

ஜபம்.

ஜபம் என்ற சொல் 'பிறவித்துன்பத்தினின்று காத்தல்' எனப் பொருள்படும். பிறவித்துன்பம் நீங்குவது ஆன்ம உணர்வு பெறுதலாலே யாதலால், ஜபம் செய்வதன் பயன் இத்தகைய ஞானத்தைப் பெறுதலே.

காலையில் கிழக்கு முகமாகவும், உச்சியில் கிழக்கேனும் வடக்கேனும், மாலையில் மேற்கு முகமாகவும் பத்மாஸனத் திலமர்ந்து ஜபம் செய்யவேண்டும்.

காயத்ரீ ஆவாஹனம்.

அவிக்ன பிரார்த்தனை செய்த பின்னர், பிராணாயாமம்
செய்து காலையில், ப்ராத: ஸந்த்யா காயத்ரீ மஹா மந்த்ர
ஜபம் கரிஷ்யே । (காலைச் சந்தியையின் காயத்திரி மகா
மந்திர ஜபம் செய்கின்றேன்) என்றும், உச்சியிலும் மாலை
யிலும் ப்ராத: ஸந்த்யா என்ற விடத்து, மாத்யாஹ்நிக என்
றும் ஸாயம் ஸந்த்யா என்றும் முறையே உச்சரித்து ஸங்
கல்பம் செய்துக் கொள்ள வேண்டும். பின்பு, பிரணவ,
வ்யாஹ்ருதிகளின் ரிஷி, சந்தஸ், தேவதைகளை உரைக்
கின்றனர்.

प्रणवस्य ऋषिर्ब्रह्म । देवी गायत्री छन्दः । परमात्मा देवता ॥
भूरादिसप्तव्याहृतीनां अत्रिभृगुकुत्सवसिष्ठगौतमकाश्यपआङ्गिरस ऋषयः । अग्नि-
गायत्र्युष्णिगनुष्टुभ् बृहती पङ्क्ती त्रिष्टुभ् जगत्यः छन्दांसि । अग्नि-
वाय्वर्कवागीशवरुणेन्द्रविश्वेदेवा देवताः ॥

ப்ரணவஸ்ய ரிஷிர்ப்ரஹ்ம । தேவீ காயத்ரீச்சந்த: । பரமாத்மாதேவதா ॥ பூராதி ஸப்தவ்யாஹ்ருதீநாம் அத்ரி ப்ருகு குத்ஸவஸிஷ்ட கௌதம காஶ்யப ஆங்கிரஸ ரிஷய: । காயத்ர்யுஷ்ணிக் அனுஷ்டுப் ப்ருஹதீ பங்க்தீ த்ருஷ்டுப் ஜகத்ய: ச்சந்தாம்ஸி । அக்நி வாய்வர்க்க வாகீஶ வருணேந்த்ர விஶ்வேதேவா தேவதா: ॥

பிரணவத்தின் ரிஷி பிரம்மா ஆவர் (சப்த ரூபமாக விளங்கும் ஓங்காரத்தைக் கண்டு வெளியிட்டவர் பிரம்மா என்ற ரிஷி ஆவர்). சிரேஷ்டமான காயத்ரியே சந்தஸ். (அக்ஷரங்களிற் சிறந்தது ஓங்காரமே போன்று சந்தஸ்ஸுகளிற் சிறந்து விளங்குவது காயத்ரியே.) பரமாத்மா தேவதை (ஓங்காரத்தால் அறியப்படுகின்றவர் ஸர்வேச்வரனே.) 'பூ:' என்றதை முதலாக உடைய ஏழு வியாஹ்ருதிகளுக்கும், அத்ரி, ப்ருகு, குத்ஸர், வஸிஷ்டர், கௌதமர், காச்யபர், அங்கிரஸ் என்பார் முறையே ரிஷிகளாவர். காயத்ரீ, உஷ்ணிக், அனுஷ்டுப், ப்ருஹதீ, பங்க்தீ, த்ரிஷ்டுப், ஜகதீ என்பன சந்தஸ்ஸுகளாம். அக்னி, வாயு, ஆதித்தியன், ப்ருஹஸ்பதி, வருணன், இந்திரன், விச்வேதேவர் என்பார் முறையே தேவதைகள்.

ஆவாஹன மந்திரம். आयात्वित्यनुवाकस्य वामदेवऋषिः । अनुष्टुप्छन्दः । गायत्री देवता ॥

आयातु वरदा देव्यक्षरं ब्रह्मसम्मितम् ।
गायत्री छन्दसां मातेदं ब्रह्मजुषस्व नः ॥

ओजोऽसि सहोऽसि बलमसि भ्राजोऽसि देवानां धामनामासि विश्वमसि विश्वायुः सर्वमसि सर्वायुरभिभूरों गायत्रीमावाहयामि ॥ [सावित्रीमावाहयामि सरस्वतीमावाहयामि] ॥ *ஆர.* 6-26.

ஆயாத்வித்யனுவாகஸ்ய வாமதேவரிஷி: । அனுஷ்டுப் ச்சந்த: । காயத்ரீ தேவதா ॥

ஆயாது வரதா தேவ்யக்ஷரம் ப்ரஹ்ம ஸம்மிதம் ।
காயத்ரீம் ச்சந்தஸாம் மாதேதம் ப்ரஹ்ம ஜுஷஸ்வ ந: ॥

ஓஜோஸி ஸஹோஸி பலமஸி ப்ராஜோஸி தேவாநாம் தாமநாமாஸி விஶ்வமஸி விஶ்வாயு: ஸர்வமஸி ஸர்வாயுரபி பூ ரோம் காயத்ரீமாவாஹயாமி ॥

ஆயாது என்று தொடங்கும் மந்திரத்திற்கு வாமதேவர் ரிஷி. அனுஷ்டுப் சந்தஸ். காயத்ரீ தேவதை.

छन्दसां माता வேதங்களின் அன்னையாகிய **वरदा देवी** கோரு மவற்றையளிக்கும் தேவி **आयातु** வருக (என்னிடத்தில் ஆவிர்ப்பவிக்கட்டும்). **अक्षरं** அழிவற்றதும் **ब्रह्मसम्मितं** வேதங்களில் நன்கு அறியப்படுவதும், **गायत्रीं** ஓதுகின்றவர்களைக் காக்கும் தன்மையை யுடையதுமாகிய **इदं ब्रह्म** இந்த பிரம்ம தத்துவத்தை, (ஓ தேவியே !) **नः** எங்களுக்கு **जुषस्व** உபதேசிப்பாயாக.

ஓ ! தேவீ, எங்கள் உள்ளத்து விளங்கி, ஆத்மதத்துவத்தை, அன்னையே போன்று அன்புடன் விளங்கச் செய்.

ओजः असि நீ ஆத்ம ஞானரூபியாக இருக்கின்றாய். **सहः असि** மனோ பலமாக இருக்கின்றாய் **बलमसि** சரீர பலமாக வும் இருக்கின்றாய். **भ्राजः असि** ஸ்வப்ரகாசமாக விளங்கு கின்றாய். **देवानां** ஒளிகளுக்கெல்லாம் (தேவர்களுக்கும்) **धामनामासि** இருப்பிடமாக இருக்கின்றாய். **विश्वमसि** பிரபஞ்ச ரூபியாக இருக்கின்றாய். **विश्वायुः** பிரபஞ்சத்தின் பிராண னும் நீயே. **अभिभूः** எல்லாவற்றையும் அடைந்து முக்கிய சக்தியாக இருக்கிறாய். **ओं** ஓங்கார ரூபியாகிய **गायत्रीं** தியானிப்பவர்களை ரக்ஷிக்கும் ரூபத்தை **आवाहयामि** வருவிக்கின்

றேன். **सावित्रीं** ஞானத்தைப் புலனுக்கும் ரூபத்தை **आवाहयामि** வரவேற்கின்றேன். **सरस्वतीं** குறையாக் கல்விக்கடலை **आवाहयामि** ஆவாஹனஞ் செய்கின்றேன்.

ஓஜஸ் என்றது பிரம்மசரியத்தால் அடையக்கூடிய விசேஷ பலமாகும். அதனால் சொல்வன்மை, வசீகரண சக்தி முதலியன ஏற்படுவதுடன் ஆன்ம பலத்தை உண்டாக்குவதாகும். ஓஜஸ்ஸினும் ஸ்தூலமான மனோபலமே ஸஹஸ் எனப்படுகிறது. பல மென்றது சரீரபலமே. இவற்றால் ஏற்படும் காந்தியே ப்ராஜஸ் எனப்படும். ஸத்வ ரஜஸ் தமஸ் என்ற முக்குணங்களின் தொழிலை அனுசரித்து இறைவனது சக்திகள் காயத்ரீ, ஸாவித்ரீ, ஸரஸ்வதீ என வழங்கப்படுகின்றன. புருஷ உருவமாகத் துதிக்குங்கால் முறையே பிரம்மா, ருத்ரன், விஷ்ணு எனப் படுகின்றார். ஸத், சித், ஆனந்தம் என்ற லக்ஷணங்களையே குறிக்கின்றன என்பதுவும் மிகப்பொருந்தும். அந்தகாரத்தில் மூழ்கிக் கிடக்கும் மாந்தருக்கு இருளை நீக்க உதிக்கும் ஸூரியனே போன்று ஞானோதயத்தை யுண்டாக்குவதால் காலையில் காயத்ரீ என்றும், தனது கொடிய கிரணங்களால் பகலோன் மலங்களை அகற்றுவது போன்று, போலி ஞானத்தை அகற்றி தூய ஞானமளித்தலால் உச்சியில ஸாவித்ரீ என்றும், மாலையில் மந்த கிரணங்களைக் கொடுத்து ஆனந்திக்கச் செய்வது போன்று ஞானானந்தத்தில் மூழ்கச் செய்தலால் ஸரஸ்வதி யென்றும் பரமாத்மா அறியப்படுகின்றார்.

இதன் பின்னர், காயத்ரீ மந்திரத்தின் ரிஷி, சந்தஸ், தேவதைகளைக்கூறி ஜபஞ்செய்யத் தொடங்குகின்றனர்.

ஆந்திர ஸம்ப்ரதாயப்படியுள்ள ஆவாஹன மந்திரங்களும், அவற்றின் பொருளும் பின்வருமாறாகும் :—

ओमित्येकाक्षरं ब्रह्म । अग्निर्देवता ब्रह्म इत्यार्षम् । गायत्रं छन्दं परमात्मं सरूपम् । सायुज्यं विनियोगम् ॥ ஆர-10-33.

आयातु वरदा देवी अक्षरं ब्रह्मसम्मितम् ।
गायत्री छन्दसां मातेदं ब्रह्म जुषस्व मे ॥
यदह्नात्कुरुते पापं तदह्नात्प्रतिमुच्यते ।
यद्रात्रियात्कुरुते पापं तद्रात्रियात्प्रति मुच्यते ।
सर्ववर्णे महादेवि सन्ध्याविद्ये सरस्वति ॥ ஆர. 10-34.

ओजोऽसि सहोऽसि बलमसि भ्राजोऽसि देवानां धामनामासि विश्वमसि विश्वायुः सर्वमसि सर्वायुरभिभूरों गायत्रीमावाहयामि सावित्रीमावाहयामि सरस्वतीमावाहयामि छन्दर्षीनावाहयामि श्रियमावाहयामि [बलमावाहयामि] गायत्रिया गायत्री छन्दो विश्वामित्र ऋषिः सविता देवताऽग्निर्मुखं ब्रह्मा शिरो विष्णुर्हृदयꣳ रुद्रः शिखा पृथिवी योनिः प्राणापानव्यानोदानसमानासप्राणा श्वेतवर्णा सांख्यायनसगोत्रा गायत्री चतुर्विꣳशत्यक्षरा त्रिपदा षट्कुक्षिः पञ्चशीर्षोपनयने विनियोगः ॥ ஆர. 10-35.

ஓமித்யேகாக்ஷரம் ப்ரஹ்ம । அக்நிர்தேவதா ப்ரஹ்ம இத்யார்ஷம் । காயத்ரம் ச்சந்தம் பரமாத்மம் ஸரூபம் । ஸாயுஜ்யம் விநியோகம் ॥

ஆயாது வரதாதேவீ அக்ஷரம் ப்ரஹ்ம ஸம்மிதம் ।
காயத்ரீம் ச்சந்த்ஸாம் மாதேதம் ப்ரஹ்ம ஜுஷஸ்வ மே ॥
யதஹ்நாத் குருதே பாபம் தத்தஹ்நாத் ப்ரதிமுச்யதே ।
யத்ராத்ரியாத் குருதே பாபம் தத்ராத்ரியாத் ப்ரதிமுச்யதே ।
ஸர்வவர்ணே மஹாதேவி ஸந்த்யாவித்யே ஸரஸ்வதி ॥

ஓஜோஸி ஸஹோஸி பலமஸி ப்ராஜோஸி தேவானாம் தாமநாமாஸி விஶ்வமஸி விஶ்வாயு: ஸர்வமஸி ஸர்வாயுரபி பூரோம் காயத்ரீமாவாஹயாமி ஸாவித்ரீமாவாஹயாமி ஸரஸ்வதீமாவாஹயாமி ச்சந்தர்ஷீநாவாஹயாமி ஶ்ரியமாவாஹயாமி [பலமாவாஹயாமி] காயத்ரியா காயத்ரீ ச்சந்தோ விஶ்வாமித்ர ரிஷி: ஸவிதா தேவதா அக்நிர்முகம் ப்ரஹ்மா ஶிரோ விஷ்ணுர் ஹ்ருதயம் ருத்ர: ஶிகா ப்ருதிவீ யோநி: ப்ராணாபாந வ்யாநோதாந ஸமாநாஸப்ராணா ஶ்வேதவர்ணா ஸாங்க்யாயந ஸகோத்ரா காயத்ரீ சதுர்விம்ஶத்யக்ஷரா த்ரிபதா ஷட்குக்ஷி: பஞ்ச ஶீர்ஷோபநயநே விநியோக: ||

ஓமென்ற ஒற்றெழுத்து பிரம்மம். அக்னி தேவதை (பிரம்மம் பூர்ணப்ரகாசம்) பிரம்மா என்றவர் ரிஷி. காயத்ரீ சந்தஸ் பரமாத்மாவே அதன் ஸ்வரூபம். ஸாயுஜ்யம் பயனும். (ஓங்காரத்யானத்தால் அடைவது ஜீவேச்வர ஐக்யம்.)

ஆயாது என்ற மந்திரத்தின் பொருள் மேற்கூறியுள்ளது. **यत्पापं** *எந்தபாபம்* **अह्नात् कुरुते** *பகலில் செய்யப்படுகிறதோ* **तत्** *அது* **अह्नात्** *பகலிலேயே* **प्रतिमुच्यते** *நீங்குகிறது. (உனது அனுக்ரகத்தால் விலகுகிறது)* **यत् पापं** *எந்தபாபம்* **रात्रियात्** *இரவில்* **कुरुते** *செய்யப்படுகிறதோ* **तत्** *அது* **रात्रियात्** *இரவிலேயே* **प्रतिमुच्यते** *நீங்குகிறது.* **सर्ववर्णे** *ஸகலஉருவாக விளங்குகின்ற* **महादेवी** *மகாசக்தியே!* **सन्ध्या विद्ये** *இருஸந்திகளிலும் தியானிக்கத்தகுந்த அறிவே!* **सरस्वति** *ஞானவுருவே!* **ओजः असि** *நீ ஓஜஸ்ஸாக இருக்கிறாய்.* + + + **छन्दर्षीन् आवाहयामि** *வேதத்ரஷ்டர்களான ரிஷிகளை (மந்திரங்களைப் பழுதின்றி உச்சரிக்கும் வலிமையை அருள) வேண்டுகின்றேன்.* **श्रियं** *ஐச்வரியத்தை* **आवाहयामि** *வேண்டுகிறேன்.* **बलं आवाहयामि** *(உன்னை இடைவிடாது தியானஞ்செய்ய), வலிமையை வேண்டுகின்றேன்.*

गायत्र्या: காயத்ரீ மந்திரத்திற்கு **गायत्री छन्द:** காயத்ரீ சந்தஸ். **विश्वामित्र: ऋषि:** விசுவாமித்திரர் ரிஷி. **सविता देवता** ஸவிதா என்ற சக்தியே தேவதை. **अग्नि: मुखं** தேஜோமய மாகிய அக்னியே முகம். **ब्रह्मा शिर:** விராட் ஸ்வரூபமே சிரம். **रुद्र: शिखा** லயஸ்வரூபமே சிகை. **विष्णु: हृदयं** பாலன ஸ்வரூபமே ஹ்ருதயம். **पृथिवी योनि:** ஜகமே காரணேந்திரி யம். **प्राणापानव्यानोदानसमाना सप्राणा** பிராணன், அபானன், வியானன், உதானன், ஸமானன் என்ற ஐவகை ஜீவாதார சக்திகளை உடையவள். **श्वेतवर्णा** வெண்ணிறத்தாள். **सांख्या-यनसगोत्रा** ஆத்ம ஸ்வரூபத்தை யறிவதற்கு வேண்டிய ஸாங்கிய தத்துவங்களையே மரபினளாக உடையவள். **चतुर्विंशत्यक्षरा** இருபத்து நான்கு அக்ஷரங்களால் அறியப்படுகிறவள். **त्रिपदा** (அம் மந்திரம்) மூன்று பாதங்களை உடையது. **षट्कुक्षि:** ஆறு குக்ஷிகளையுடையது. (ஒவ்வொரு பாதமும் இரு பிரிவுகளாக ஆறு பாகங்களையுடையது—நியாஸத்திற் காண்க). **पञ्चशीर्षा** ஆப:, ஜ்யோதி:, ரஸ: அம்ருதம், ப்ரஹ்ம என்ற ஐந்து சொற்களை முன்னேயுடைத்து. **उपनयने विनियोग:** ஆன்ம அறிவை ஏகச் செய்வதற்குப் பயன்படுகின்றது.

மந்திரத்தின் ரிஷியைச் சொல்லுங்கால் தனது வலது கையை சிரத்தில் வைக்கவேண்டும். அதனுல் அந்த ரிஷியை நமஸ்கரித்ததாகிறது. சந்தஸ்ஸைச் சொல்லுகையில் முகத்தைத் தொடுகின்றனர். அதனுல் ஸ்வரத்துடனும் ஸ்வச்சமாகவும் மந்திரத்தை உச்சரிக்க ரிஷி அனுக்கிரகிக் கும்படி வேண்டலாகும். தேவதையைச் சொல்லுகையில் ஹ்ருதயத்தைத் தொடுகின்றனர். அதனுல் அந்த ஸ்வரூப சக்தி தன்னிடத்தில் ஆவிர்ப்பவிக்கும்படி வேண்டலாகும். முகம், சிரம், சிகை முதலியவற்றைக் கூறி அந்தந்த உறுப்புகளை ஸ்பரிசித்தலால் சரீரமெங்கும் அந்தந்த

சக்திகள் இருந்து ஆன்ம வொளி விளங்குக எனக் கோருத லாகும். ஒவ்வொரு மந்திரத்தின் ரிஷி சந்தஸ் தேவதை வினியோகங்களைக் கூறுவதன் அவசியம் ரிக்வேதியர்களால் வற்புறுத்திக் கூறப்பட்டுள்ளது.

நியாஸமும் தியானமும்

பிராணாயாமஞ் செய்து, 'காயத்ரீ ஜபஞ் செய்கின்றேன்' என்று சங்கற்பித்த பின் ந்யாஸஞ் செய்து ஒரு த்யான ச்லோகத்தையும் ஓதுகின்றனர்.

ந்யாஸ மென்றது தாந்திரிக முறையைச் சார்ந்ததாகும். ந்யாஸம், முத்திரை முதலிய சில முறைகளை அனுஷ்டித்த லால் ஒருவித வசீகரண சக்தி ஏற்பட்டு அதனால் குறித்த காரியங்கள் விரைவிற் சித்தியடைகின்றன வென்ற யோகி களது அநுபவங்களை யொட்டிய முறைகளாகும். ந்யாஸம் கர ந்யாஸ மென்றும், அங்க ந்யாஸ மென்றும் இருவகைப்படும். கர ந்யாஸமாவது விரல்களை ஸ்பரிசிப்பதாகும் விரல்களின் கட்டுரேகைகளில் ஜபம் எண்ணிச் செய்யப்படுதலால், ஜபந்தொடங்குமுன் அவைகளை ஸ்பரிசிக்க, அவை தூய்மை பெறுகின்றன. அங்க ந்யாஸ மென்றது ஹ்ருதயம், சிரம் முதலியவற்றைக் குறித்தவகையில் தொடுதலே. கர அங்க ந்யாஸம் செய்கையில் காயத்ரீ மந்திரத்தின் பிரிவுகளாகிய குக்ஷிகளைச் சேர்த்து ஓதுகின்றனர்.

<u>கர ந்யாஸம்.</u>

ओं तत्सवितुः ब्रह्मात्मने अङ्गुष्ठाभ्यां नमः ।
वरेण्यं विष्ण्वात्मने तर्जनीभ्यां नमः ।
भर्गो देवस्य रुद्रात्मने मध्यमाभ्यां नमः ।
धीमहि सत्यात्मने अनामिकाभ्यां नमः ॥

धियो यो नः ज्ञानात्मने कनिष्ठिकाभ्यां नमः ।
प्रचोदयात् सर्वात्मने† करतलकरपृष्ठाभ्यां नमः ॥

ஓம் தத்ஸவிது: ப்ரஹ்மாத்மநே அங்குஷ்டாப்யாம் நம: ।
வரேண்யம் விஷ்ண்வாத்மநே தர்ஜநீப்யாம் நம: ।
பர்க்கோ தேவஸ்ய ருத்ராத்மநே மத்யமாப்யாம் நம: ।
தீமஹி ஸத்யாத்மநே அநாமிகாப்யாம் நம: ।
தியோ யோ ந: ஞானாத்மநே கநிஷ்டிகாப்யாம் நம: ।
ப்ரசோதயாத் ஸர்வாத்மநே† கரதலகரப்ருஷ்டாப்யாம் நம: ॥

அங்கந்யாஸம்.

तत्सवितुः ब्रह्मात्मने हृदयाय नमः ।
वरेण्यं विष्ण्वात्मने शिरसे स्वाहा ।
भर्गो देवस्य रुद्रात्मने शिखायै वषट् ।
धीमहि सत्यात्मने कवचाय हुं ।
धियो यो नः ज्ञानात्मने नेत्रत्रयाय* वौषट् ।
प्रचोदयात् सर्वात्मने† अस्त्राय फट् ।
भूर्भुवस्सुवरों इति दिग्बन्धः ।

தத்ஸவிது: ப்ரஹ்மாத்மநே ஹ்ருதயாய நம: ।
வரேண்யம் விஷ்ண்வாத்மநே ஶிரஸே ஸ்வாஹா ।
பர்க்கோதேவஸ்ய ருத்ராத்மநே ஶிகாயை வஷட் ।
தீமஹி ஸத்யாத்மநே கவசாய ஹூம் ।
தியோ யோ ந: ஞானாத்மநே நேத்ரத்ரயாய* வௌஷட் ।
ப்ரசோதயாத் ஸர்வாத்மநே† அஸ்த்ராய பட் ।
பூர்புவஸ்ஸுவரோம் இதி திக்பந்த: ॥

---

* द्वयाय । த்வயாய. † परमात्मने । பரமாத்மநே.

ஜப முடிவில் செய்யும் அங்கந்யாஸத்தில், பூர் புவஸ் ஸுவரோம் இதி திக்விமோக: என்று கொள்ளவும்.

'பிரம்ம ரூபியாகிய இரு பெருவிரல்களுக்கு நமஸ்காரம்' என்பது போன்று மற்றவைகளுக்கும் ஊகிக்க. வஷட், ஹும், பட் என்பன மந்திர சாஸ்திர ரகஸியச் சொற்களாம்.

தியானம்.

मुक्ताविद्रुमहेमनीलधवलच्छायैर्मुखैस्त्र्यक्षणै-
र्युक्तामिन्दुनिबद्धरत्नमकुटां तत्वार्थवर्णात्मिकाम् ।
गायत्रीं वरदाभयाङ्कुशकशाः शुभ्रं कपालं गदां
शङ्खं चक्रमथारविन्दयुगलं हस्तैर्वहन्तीं भजे ॥

முக்தாவித்ரும ஹேமநீல தவளச்சாயைர் முகைஸ்த்ர்யக்ஷணைர்யுக்தாமிந்து நிபத்த ரத்நமகுடாம் தத்வார்த்தவர்ணாத்மிகாம் । காயத்ரீம் வரதாபயாங்குஶகஶா:ஶுப்ரம் கபாலம் கதாம் ஶங்கம் சக்ரமதாரவிந்தயுகளம் ஹஸ்தைர் வஹந்தீம் பஜே ॥

[முத்து, பவழம், பொன், நீலம், வெண்மையென்ற சாயலையுடைய முகங்களில் முக்கண்களையுடையாளும், சந்திரகலை பதிக்கப்பட்ட ரத்ன மகுடத்தையுடையாளும், தத்துவங்களை விளக்கும் (இருபத்து நான்கு) அக்ஷரங்களை யுடையாளும், ஈதல் (சின்னமும்) அபய (சின்னமும்), அங்குசம், சாட்டை, வெண்கபாலம், கதை, சங்கு, சக்கரம், மற்றும் இரு தாமரைகள், இவைகளைக் கைகளிலேந்திய வளுமாகிய காயத்ரீ தேவியை பஜிக்கின்றேன்.]

இந்த சுலோகத்தின் கருத்தை ஆராய்ந்து நோக்க காயத்ரீமந்திரத்தையே ஒரு தேவதா ரூபமாகக் கற்பித்துப் புகழ்ந்துள்ளதென்பது விளங்கும்.

ஸந்தியா தேவி, காலையில் காயத்ரீ ஸ்வரூப மென்றும், உச்சியில் ஸாவித்ரீ ரூபமென்றும், மாலையில் ஸரஸ்வதீ ரூப மென்றும், அதற்கேற்ப தனித்தனியேயுள்ள த்யான சுலோகங்களை உரைக்கின்றனர். இது தாந்திரிகர்களது ஸம்பிரதாயமாகும். தியானத்திற்குப் பின், தாந்திரிக முறையை அனுஸரித்த முத்திரைகளென்றறியப்படும் சின் னங்கள் காட்டப்படுகின்றன. காயத்ரீ தேவிக்கு, ஆவாஹன முத்திரைகள் இருபத்து நான்கும், ஜபமுடிவில் செய்யும் விஸர்ஜன முத்திரைகள் எண்வகையுமாம். தேவதாத்யா னத்தில் மனதை ஈடுபடச் செய்யும் வசீகரண ஸாதனமே முத்திரைகளின் பயனும். இவற்றை வெகுவே அனுஷ்டிப் பதின்மையால் கூறு தொழிந்தனமெனக் கொள்ளுக.

காயத்ரீ மந்த்ர ஜபம்.

ओं । भूर्भुवस्सुवः । ओं ॥ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ॥ [ஸம். 1. 5. 6.]

ஓம் । பூர்புவஸ்ஸுவ: । ஓம் ॥ தத்ஸவிதுர்வரேண்யம் பர்க்கோ தேவஸ்ய தீமஹி । தியோ யோ ந: ப்ரசோதயாத் ॥

ஜபமாலை கொண்டாகிலும், விரல்களின் கட்டு ரேகை களிலேனும் ஜபம் எண்ணிச் செய்யவேண்டுமென விதிக்கப் பட்டுள்ளது. அனுமிகையின் மத்திய ரேகை முதல் சுட்டு விரலின் அடிரேகை வரையுள்ள பத்து ரேகைகளிலும், அல்லது அனுமிகையின் மத்திய ரேகை முதல், நடுவிரலின் மத்திய ரேகையையும் அடிரேகையையும் சேர்த்துச் சுட்டு விரலின் அடிரேகை வரையுள்ள பன்னிரு ரேகைகளிலும் எண்ணலாம். உத்தம பக்ஷம் ஆயிரத்தெட்டு முறையும், நூற்

றெட்டு முறையேனும், குறைந்தது முப்பத்திரண்டு முறையாகிலும் ஜபஞ்செய்ய வேண்டுமென்றும், அல்லது காலையில் 128-ம், உச்சியில் 32-ம், மாலையில் 64-ம் செய்வதே ஏற்ற எண்ணிக்கையென்றும் செப்புகின்றனர். ஈசுவரத்தியானம் குறைந்த பக்ஷம் செய்யவேண்டிய காலத்தைக் குறிப்பதற்கே ஜபம் எண்ணிச் செய்யவேண்டுமென வற்புறுத்திக் கூறியிருக்கின்றனர். உச்சியைவிட மாலையிலும், மாலையினும் காலையிலுமே இயற்கையில் சாந்தமுண்டாகும் தன்மை இருத்தலால் உச்சியைவிட மாலையில் அதிகமும், மாலையினும் காலையில் அதிக நேரமும் ஜபஞ்செய்தல் ஏற்றதாகும். ஜபம், வாசிகம் (ஒலியுடன் உச்சரித்தல்) உபாம்சு (உதடுகளை யசைத்தலால் உச்சரித்தல்) மானஸிகம் (மனதால் உச்சரித்தல்) என மூவகைப்படும். ஒன்றைவிட மற்றது சிறந்ததேயாயினும் ஆரம்பத்தில் ஒலியுடன் உச்சரித்துப் பழகிய பின் மனதால் ஜபிக்கப் பழகினல் மட்டில் மனம் ஒரு நிலைப்படுமன்றி, ஆரம்பத்திலேயே மனதிற் செய்வதாக பெருமை கொள்ளின் பல நினைவுகள் மனதைக் கவர்ந்து ஏகாக்ரம் ஸித்திக்காது. அப்பியாஸத்தாலேயே ஏகாக்ர ஸித்தியடைய வேண்டும். ஜபஞ் செய்யுங்கால் மந்திரத்தின் கருத்தை நினைந்து வழிபட வேண்டும். மானஸிக ஜபஞ் செய்யுந் திறமை வாய்ந்ததும், கும்பக காலத்திலேயே ஜபித்து வருவது சாலச் சிறந்ததாம். பன்முறை ஜபித்தலால் பரமாத்மாவின் அபார குணங்களில் மனம் ஈடுபட்டு நெடுநாட் பழக்கத்தால் ஸமாதி நிலையையும் அடையக்கூடும்.

விசேஷார்த்தம் :—

காமதேனு கோருவனவற்றைத் தருமென புராணங்கள் கூறும். அக்காமதேனுவே போன்று காயத்ரீ மஹாமந்திரம் எண்ணிறந்த அர்த்தங்களைத் தரக்கூடியது. எந்த

நோக்கத்துடன் வழிபடுகின்றோமோ, அதற்கேற்ப பயனைத் தரும் மஹா மந்திரமிது.

भूरिति वै प्राणः, भुव इत्यपानः सुवरिति व्यानः [பூ: எனின் பிராணன், புவ: எனின் அபானன், ஸுவ: எனின் வியானன்] என்று தைத்திரீய உபநிஷதங் கூறுதலால் **भूर्भुवस्सुवः** என்பது பூரக ரேசக கும்பகங்களடங்கிய பிராணாயாமமெனப் பொருள் படும். இப் பிராணாயாமத்தால் **यः** எந்த ஆத்ம சக்தி **नः** எங்களது **धियः** புத்திகளை **प्रचोदयात्** பிரேரேபிக்கின்றதோ, ஆன்ம உணர்வு பெறச் செய்கிறதோ, **तत्** அந்த **देवस्य** ஒளிரும் **सवितुः** பிராண சக்தியின் [**प्राण एव सविता**— 'பிராணனே ஸவிதா என்று கோபத பிராம்மணம் முதலியன கூறுவதாற்காண்க]. **वरेण्यं** சிரேஷ்டமான, உபாஸிக்கத்தக்க **भर्गः** அஞ்ஞானத்தை நீக்கும் ஆன்ம ஒளியை **धीमहि** தியானஞ் செய்கின்றோம். அதாவது, "பிராணாயாமாப்யாஸத்தால் ஆத்ம தரிசனத்தையடைகின்றோம்" எனப் பொருள் படும். ஆதலால் தான் இம்மந்திரம் பிராணாயாம காலத்தில் அனுஸந்தானம் செய்யப்படுகிறது.

भूर्भुवस्सुवः என்ற சொற்களால் பல பொருள்கள் கிரகிக்கப்படுகின்றன. **भूरिति वा अग्निः भुव इति वायुः सुवरित्यादित्यः** [பூ: எனின் அக்னி, புவ: எனின் வாயு, ஸுவ: எனின் ஸூரியன்] என்றும், **भूरिति वा ऋचः भुव इति सामानि सुवरिति यजूंषि** [பூ: எனின் ரிக், புவ: எனின் ஸாமம், ஸுவ: எனின் யஜுஸ்] என்றும், **भूरिति वा अयं लोकः भुव इत्यन्तरिक्षं सुवरित्यसौ लोकः** [பூ: எனின் இவ்வுலகு, புவ: என்றது அந்தரிக்ஷம், ஸுவ: என்றது அப் பெயர் கொண்ட உலகு] என்று தைத்திரீய உபநிஷத்திலும், **मूलपद्मश्च भूर्लोकः विशुद्धिश्च भुवस्तथा। सुरलोकः सहस्रारो गायत्र्याः स्थाननिर्णयम्॥** [பூ: என்றது மூலாதார சக்ரமும், புவ: என்றது விசுத்தியும், ஸுவ: என்றது ஸஹஸ்ராரமுமாக காயத்ரீ தேவி

யின் இருப்பிடங்களாம்] என்று தந்திர கிரந்தங்களிலும் கூறப்பட்டுள்ளது.

सविता என்ற சொல் 'பிரேரேபிக்கின்றவன், ஏவுகின்றவன்' எனப்பொருள் படுதலால், இந்த லக்ஷண முடைய சக்திகளும் இச் சொல்லால் அறியப்படுகின்றன. **चन्द्रमा सविता, प्राण एव सविता, विद्युदेव सविता** என்று கோபதப் பிராம்மணங் கூறுதலால் ஸவிதா என்ற சொல், சந்திரன், பிராணன், மின்னலொளி யென்றும் பொருள்படும். ஆகவே மேற் கூறிய பொருள்களைத் தனித்தனியே கொண்டு பல வுரைகள் கொள்ளலாம். அவற்றின் சுருக்கம் பின் வருமாறாகும். **सवितुः देवस्य** சூரியன், சந்திரன், பிராணன், அக்னி என்பவற்றின் அந்தர்க்கதனுகிய பரமாத்மாவின் [**देवस्य** ஒளி விளங்கும் **सवितुः** சூரியன் முதலியவற்றின்] **वरेण्यं** உபாஸிக்கத்தக்க **भूर्भुवस्सुवः** பூமி அந்தரிக்ஷ ஆகாசமெங்கும் அளாவி விளங்கும் [மூலாதாரம், விசுத்தி, ஸஹஸ்ராரம் என்ற கமலங்களில் விளங்கா நிற்கும் அல்லது, ரிக், யஜுஸ், ஸாமம் என்ற வேதங்களாலறியப்படும்] **तत् भर्गः** அந்த அஞ்ஞான இருளை யொழிக்கும் திவ்ய தேஜஸ்ஸை **धीमहि** தியானஞ் செய்கின்ருேம்.

सवितृमण्डलमध्यवर्ती नारायणः [ஸூரிய மண்டலமத்தியிலிருப்பவன் நாராயணன்] என்று துதிக்கப்படுவதால் **सवितुः भर्गः** 'ஸூர்யமண்டலமத்தியில் வீற்றிருக்கும் விஷ்ணுவின் ஒளியை' எனப் பொருள் கொண்டு விஷ்ணுவையே சாருமென்றும், **सौरमण्डलमध्यस्थं साम्बं** [ஸூரிய மண்டலமத்தியிலிருக்கும் ஸாம்ப மூர்த்தியை, சிவனை] என்று துதிக்கப்படுவதாலும், **भर्गः** என்ற சொல் சிவனது பெயர்களிலொன்ருகக் கூறப்படுதலாலும், நெற்றிக் கண்ணொளியைக் குறித்து சிவனையே சாருமென்றும் சமயவாதிகள் அவரவர் சமயப்பற்

றுக்கிணங்க உரை செய்கின்றனர். ஸவிதா என்றால் ப்ர ஸவிதா (சிருஷ்டிக்கின்றவன்) என்றும் பொருள் தருமாத லால் சிருஷ்டிகர்த்தனாகிய பிரம்மதேவனைக் குறிக்குமென் றும் பொருள் கொள்ளலாம்.

यः எவன் **नः** எங்களை **धियः** (எங்களது) கடமைகளைச் செய்யும்படி **प्रचोदयात्** ஏவுகின்றானோ **तत् सवितुः** அந்த ஸூர்யனுடைய (ஸூர்யனால் வளர்க்கப்பட்ட) **वरेण्यं** சிரேஷ்டமான **भर्गः** ஸாவித்ரீத்யான பலனாகிய அன்னத்தை, அல்லது பொருளை **धीमहि** நாங்கள் செய்யும் வேலையின் பயனாக வேண்டுகின்றோம் என்று லௌகிக ஸுகங்களைக் கோருவதாயும்,

यः எது **देवस्य** தேஜோமயமான **सवितुः** பரமாத்மாவின் **वरेण्यं** சிரேஷ்டமான **भर्गः** ஒளியோ, ஞானமோ, **तत्** அந்த ஞானம் **धी** தாரண சக்தியையுடைய **महि** பெருத்த பூமியில் **नः** எங்களது **धियः** புத்திகளை **प्रचोदयात्** ஏவுக—'பூமிஸம் பந்தமான ஸகல விக்ஞானங்களையும் அறிவோமாக', என்று விக்ஞானங்களைக் கோருவதாயும் பொருள்படுமாம்.

ஸந்தியையின் நோக்கம் ஆன்மவுணர்வு பெறுதலே யாதலால் இறைவனைக் குறித்து ஆன்ம வித்தையைக் கோரு வதற்கேற்ப பொருள் கொள்ளுதலே சிறந்ததாகும்.

காயத்ரீ ப்ரஸ்தானம்.

காயத்ரீ ஜபம் முடிந்ததும் அங்க ந்யாஸஞ் செய்து ஆந்திரர் ஸூரியோபஸ்தானம் செய்வர். மற்று திராவிடர் காயத்ரீ ப்ரஸ்தான மந்திரத்தை ஓதிய பின்னரே உபஸ்தான மந்திரங்களைக் கூறுவர். ப்ரஸ்தான மந்திரத்தை ஆந்திரர் ஸ்தோத்திர சுலோகங்களுக்கிடையே ஓதுவர்.

ப்ரஸ்தான மந்திரத்தால் ஆவாஹனஞ் செய்த சக்தியைத் தனக்கு வேண்டிய வரத்தையளித்துச் செல்லும்படி வேண்டப்படுகிறது.

उत्तमे शिखरे देवी भूम्यां पर्वतमूर्धनि ।
ब्राह्मणेभ्योह्यनुज्ञानं गच्छ देवि यथा सुखम्† ॥ ஆர-6-30. ॥

உத்தமே ஶிகரே தேவீ பூம்யாம் பர்வதமூர்த்தநி ।
ப்ராஹ்மணேப்யோ ஹ்யநுக்ஞானம் கச்ச தேவி யதா ஸுகம்॥

भूम्यां புவியின் **पर्वतमूर्धनि** மலையுச்சியிலுள்ள (மேருவி லுள்ள) **उत्तमे शिखरे** உத்க்ருஷ்டமான சிகரத்தில் **देवी** ஒளிரும் **देवि** ஒளியே! ஸூர்யாந்தர்க்கதமாகிய ஜோதியே! **ब्राह्मणेभ्यः** உன்னை உபாஸித்த ஸன்மார்க்கத்தினர்களால் **अनुज्ञानं हि** உபசரணை செய்யப் பெற்றவளாயல்லவோ இருக்கின்றாய்! (ஆதலால் உபாஸனுபலனை யளித்து) **यथा सुखं** விருப்பம் போல் **गच्छ** போமின்.

மேரு என்றது எல்லாப் பிரதேசங்களுக்கும் உயர்ந்த தென்றும், தேவர்கள் வாஸஸ்தான மென்றும் கூறப்படு கிறது. புவியின் மேரு வென்றது இருதுருவப் பிரதேசங் களாம். அதிலும் வடதுருவமே ஸூமேரு வெனப்படு கிறது. உத்க்ருஷ்டமான சிகரமென்றது அங்கு ஸதா பிர காசிக்கும் ஸூரிய மண்டலத்தைக் குறித்துக் கூறிய தாகும். ஆத்யாத்மிகத்தில் பூமி என்றது பௌதிகசரீரமாம். "உயர்ந்த சிரத்திலுள்ள, மேலான சிகர மெனும் கபால குஹரத்தில் விளங்கும் ஆன்ம வொளியே!" என்று ஆன்ம

† ஆந்திரர், 'தேவீ' என்றவிடத்தில் 'ஜாதே' என்றும், 'ப்ராஹ்மணேப்யோ ஹ்யநுக்ஞானம்' என்றவிடத்தில் 'ப்ராஹ் மணேப்யோப் யநுக்ஞாதா' என்றும் ஓதுவர்.

வொளியைக் குறித்துக்கூறலாகும். ஆன்ம வொளி *கபால குஹரத்தும், ஹ்ருதயத்தும், புருவமத்தியிலுமே விளங்குவதாயும் அதிலும் ஸமாதிச் சிறப்பு சிரத்திலுள்ள ஸஹஸ்ரார மென்ற ஸ்தான விசேஷத்தில் அறியப்படுதலால் அதனையே இங்கு சிறப்பித்துக் கூறியதெனக் கொள்ளுக.

உபஸ்தானம்.

கூப்பிய கைகளுடன் காலையில் உதய ஸூர்யனை நோக்கி நின்றும், உச்சியில் கிழக்கேனும் வடக்கேனும் நோக்கியும், மாலையில் மேற்கு முகமாக நின்றும் உபஸ்தான மந்திரத்தை ஓதுகின்றனர்.

காலையில்—

मि॒त्रस्य॑ चर्षणी॒ धृत॒: श्रवो॑ दे॒वस्य॑ सान॒सिम् । स॒त्यं चि॒त्रश्र॑वस्तमम् ॥ मि॒त्रोजना॑न् यातयति प्रजा॒नन्मि॒त्रो दा॑धार पृथि॒वीमु॒त द्याम् । मि॒त्रः कृ॒ष्टीरनि॑मिषा॒भिच॑ष्टे स॒त्याय॑ ह॒व्यं घृ॒तव॑द्विधेम ॥ प्र स मि॑त्र॒ मर्तो॑ अस्तु॒ प्रय॑स्वा॒न् यस्त॑ आदित्य॒ शिक्ष॑ति व्र॒तेन॑ । न ह॑न्यते॒ न जी॑यते॒ त्वोतो॒ नैन॒मꣳहो॑ अश्नो॒त्यन्ति॑तो॒ न दू॒रात् । [ஸம். 3-4-11.]

மித்ரஸ்ய சர்ஷணீத்ருத: ஶ்ரவோ தேவஸ்ய ஸாநஸிம் | ஸத்யம் சித்ரஶ்ரவஸ்தமம் || மித்ரோ ஜநாந் யாதயதி ப்ரஜாநந் மித்ரோ தாதார ப்ருதிவீமுத த்யாம் | மித்ர: க்ருஷ்டீர நிமிஷாபிசஷ்டே ஸத்யாய ஹவ்யம் க்ருதவத்விதேம || ப்ர ஸ மித்ர மர்த்தோ அஸ்து ப்ரயஸ்வாந் யஸ்த ஆதித்ய ஶிக்ஷதி

---

* ब्रह्मरन्ध्रे भ्रुवोर्मध्ये हृदये चिन्त्रितं हरिम् ।
प्राणायामैर्भजेन्नित्यं तत्र ध्यात्वाप्नुयात्परम् ॥

வ்ரதேந | ந ஹந்யதே ந ஜீயதே த்வோதோ நைநமம்ஹோ அஶ்நோத்யந்திதோ ந தூராத் ||

चर्षणी ஜனங்களை **धृतः** ஆதரிக்கின்றவரும் **मित्रस्य देवस्य** ஸர்வ மைத்ரியும் பிரகாசனுமாகிய பரமாத்மாவின் **सत्यं** எந் நாளுமுள்ள **चित्रःश्रवस्तमम्** ஆச்சரியத்துடன், (ஆனந்தத் துடன்) புகழத்தக்கதுமான **श्रवः** ஸ்தோத்திரத்தை **सानसि** கொண்டாடுகின்றோம்.

வேதவாயிலாக வந்துள்ள பரமாத்மாவாகிய உனது ஸ்துதிகள் ஆச்சரியத்தையும், ஆனந்தத்தையும் உண்டாக்க வல்லன. ஆதலால் பரமாத்மாவே! உனது பெருமையைப் போற்றுகின்றோம்.

मित्रः ஸர்வ ரக்ஷகன் **प्रजानन्** அவரவர் நோக்கங்களை யறிந்துகொண்டு **जनान्** ஜீவர்களை **यातयति** அவரவர்களது அபீஷ்டங்களை அடையும்படி ஏவுகின்றான். **मित्रः** மித்திரன் **पृथिवीं** புவியை **उत** மற்றும் **द्यां** திவியையும் **दाधार** தரிக்கின்றார். **मित्रः** மித்திரன் **कृष्टीः** எக்காரியங்களையும் **अनिमिषा** இமை கொட்டாமல் **अभिचष्टे** ஸர்க்ஷிபூதனுகப் பார்த்துக்கொண் டிருக்கிறான். **सत्याय** உண்மைப் பொருளாகிய இறைவன் பொருட்டு **घृतवत् हव्यं** நெய்யுடன் கூடிய ஹோமத்தை (ஞான தேஜஸ்ஸாகிய மனதுடன் கூடிய இச்சரீரத்தை) **विधेम** ஸமர்ப்பிக்கின்றேன்.

மித்ர! நீ எல்லோருக்கும் நேசனாய், அவரவர் உகந்ததையளித்து, எங்கும் விளங்குகின்றாய். நீ ஸர்வ ஸாக்ஷியன். நான் உன்னைச் சரணடைகின்றேன்.

मित्र மித்திரனே! **यः** எவன் **व्रतेन** நியமத்தால் **ते** உனக்கு **शिक्षति** உபசாரணை செய்கின்றானோ **सः मर्त्यः** அம்மனிதன் **प्रयस्वान्** ஐச்வரியவந்தனாக (ஆன்ம உன்னதிபெற்றவனாக)

अस्तु ஆகட்டும். त्वोतः (त्वा त्वया ऊतः) உன்னால் ரக்ஷிக்கப்பட்டு न हन्यते ஒருவராலும் துன்புறமாட்டான். न जीयते வெல்லப்படவும் மாட்டான். अंहः தீது एनं இம்மனிதனை अन्तितः ஸமீபத்திருந்தும் (இப்பிறப்புத்தீவினைகளும்) दूरात् தூரத்தினின்றும் (முற்பிறப்புவினைகளும்) न अश्नोति அடையாது. பரமாத்மாவே! உனது ஆணையைக் கடைப்பிடித்து ஒழுகுகின்றவனை நீ காத்தருள்வாயென்பது திண்ணம். இறைவனே! உன் ரக்ஷணைக்கு உட்பட்டவன், வினைகள் நீங்கப்பெற்று ஸுகமுறுகின்றான். ஆதலின், என்னை உன் ரக்ஷணைக்கு உட்படுத்தி, பேரானந்தம் அடையச் செய்.

வேதநெறி முறைகளைக் கடைப்பிடித்து வாழ்வின், இவ்வுலகில் ஸுகங்களையனுபவித்து, சித்தசுத்தி ஏற்பட்டு வினைப்பயன்களும் அணுகாது முக்தனாகின்றான் என்பதே இவ்வைந்து மந்திரங்களின் கருத்தாகும்.

உச்சியில்—

आसत्येन रजसा वर्तमानो निवेशयन्नमृतं मर्त्यञ्च । हिरण्ययेन सविता रथेनाऽऽदेवो याति भुवना विपश्यन् ॥ [ஸம். 3-4-11.]

उद्वयं तमसस्परि पश्यन्तो ज्योतिरुत्तरम् । देवं देवत्रासूर्यमगन्म ज्योतिरुत्तमम् ॥ [ஸம். 4-1-7.]

उदु त्यं जातवेदसं देवं वहन्ति केतवः । दृशे विश्वाय सूर्यम् । चित्रं देवानामुदगादनीकं चक्षुर्मित्रस्य वरुणस्याग्नेः । आ प्रा द्यावा पृथिवी अन्तरिक्षꣳ सूर्य आत्मा जगतस्तस्थुषश्च ॥ [ஸம். 1-4-43.]

तच्चक्षुर्देवहितं पुरस्ताच्छुक्रमुच्चरत् । पश्येम शरदश्शतं जीवेम शरदश्शतं नन्दाम शरदश्शतं मोदाम शरदश्शतं भवाम शरदश्शतꣳ

शृणवाम शरदश्शतं प्रब्रवाम शरदश्शतमजीतास्याम शरदश्शतं ज्योक्च सूर्यं दृशे । य उदगान्महतोऽर्णवाद्विभ्राजमानस्सरिरस्य मध्यात्स मा वृषभो लोहिताक्षस्सूर्यो विपश्चिन्मनसा पुनातु ॥ [ஆர. 4-42 (7-42).]

ஆஸத்யேந ரஜஸா வர்த்தமாநோ நிவேஶயந்நம்ருதம் மர்த்யஞ்ச । ஹிரண்யயேந ஸவிதா ரதேநாதேவோ யாதி புவநாவிபஶ்யந் ॥ உத்வயம் தமஸஸ்பரி பஶ்யந்தோ ஜ்யோதிருத்தரம் । தேவந்தேவத்ரா ஸூர்யமகந்ம ஜ்யோதிருத்தமம் ॥

உதுத்யம் ஜாதவேதஸம் தேவம் வஹந்தி கேதவ: । த்ருஶே விஶ்வாய ஸூர்யம் । சித்ரம் தேவாநாமுதகாதநீகம் சக்ஷுர் மித்ரஸ்ய வருணஸ்யாக்நே: । ஆப்ராத்யாவா ப்ருதிவீ அந்தரிக்ஷம் ஸூர்ய ஆத்மா ஜகதஸ்தஸ்துஷஶ்ச ॥

தச்சக்ஷுர் தேவஹிதம் புரஸ்தாச்சுக்ரமுச்சரத் । பஶ்யேம ஶரதஶ்ஶதம் ஜீவேம ஶரதஶ்ஶதம் நந்தாம ஶரதஶ்ஶதம் மோதாம ஶரதஶ்ஶதம் பவாம ஶரதஶ்ஶதக்ம் ஶ்ருணவாம ஶரதஶ்ஶதம் ப்ரப்ரவாம ஶரதஶ்ஶதமஜீதாஸ்யாம ஶரதஶ்ஶதம் ஜ்யோக்ச ஸூர்யம் த்ருஶே । ய உதகாந் மஹதோர்ணவாத்விப்ராஜமாநஸ்ஸரிரஸ்ய மத்யாத் ஸமா வ்ருஷபோ லோஹிதாக்ஷஸ் ஸூர்யோ விபஶ்சிந்மநஸா புநாது ॥

सत्येन *அழிவற்ற* **रजसा** *ஸ்வப்ரகாசத்துடன்,* **आवर्तमानः** *(ஆகாச மண்டலத்தில்) சுழன்றுகொண்டு இருக்கின்ற,* **देवः सविता** *ஸூர்யாந்தர்க்கதனுகிய பரமாத்மா* **अमृतं** *மோக்ஷத்தையும்* **मर्त्यं च** *புனர் ஜன்மத்தையும்* **निवेशयन्** *அவரவர் கர்ம பலனுக்கேற்றபடி அளித்துக்கொண்டு* **हिरण्मयेन रथेन** *ஜ்யோதிர்மயமான ரதத்தில் (சூரியனை ரதமாகக்கொண்டு)* **भुवनाविपश्यन्** *சகலவுலகங்களையும் நோக்கிக்கொண்டு* **आयाति** *செல்லுகின்றார்.*

பரமாத்மாவே! ஸூர்யாந்தர்க்கதராகிய, நீர் சகல உலகங்களையும் பார்த்துக்கொண்டே ஸர்வ கர்ம ஸாக்ஷியாக விளங்குகின்றீர்.

तमसस्परि இருள்கடந்த **उत्तरं ज्योतिः** சிரேஷ்டமான பிரகாசத்தையுடைய **देवत्रादेवं** ஒளிகளுள் ஒளியனுகிய **सूर्यं** சூரியனை **उत्पश्यन्तः** உயரக்கண்டுவரும் **वयं** நாங்கள் **उत्तमं ज्योतिः** அத்யுத்க்ருஷ்டமான ஆன்மஜோதியை **अगन्म** அடைந்திருக்கின்றோம்.

தேவனே! உன் படைப்பாகிய ஸூரிய வொளியை அநுதினமும் கண்டு உனது பெருமையை உரைத்தலால், ஆன்ம உணர்வு பெற்றவராகின்றோம்.

இருள் நீங்கச் செய்யும் நக்ஷத்திரம் முதலிய ஒளிகளினும் சிறந்த ஒளியையுடைய பௌதிக ஸூரியனை பரமாத்மா என்றே நினைந்து அநுதினமும் துதித்து வருகின்றவர்கள் அருட் ப்ரகாசத்தை அடைவார்கள். அதாவது, ப்ரதீகோபாஸன மெனப்படும் ஸகுணோபாஸனத்தால் நிர்க்குணோபாஸனம் ஸித்திக்கின்றது.

केतवः கிரணங்கள் **त्यं** விளங்கா நிற்கும் **जातवेदसं** வேதங்களைத் தோற்றிய **देवं सूर्यं** பரமாத்ம ரூபியாகிய ஸூரியனை **विश्वाय दृशे** உலகிலுள்ளவர்கள் கண்ணுற்றற் பொருட்டு **उदु वहन्ति** உயரச் சுமந்து செல்லுகின்றன.

பரமாத்மாவே! ஸூரிய கிரணங்கள் உனது பெருமையை உணர்த்துவதற்கே ஏற்பட்டன போலும். 'இறைவன் ஒருவன் உளன்' என்று மந்தரும் அறிய வேண்டி, உனது கிரணங்களை, சூரியாந்தர்க்கதனாக இருந்துகொண்டு, பரவச் செய்கின்றனை.

केतवः என்றால் த்வஜங்கள் (கொடிகள்) என்றும் பொருள் படுதலால், "உலகத்திலுள்ள ஸகல வஸ்துக்களும்

பரமாத்மாவைச் சுட்டிக் காட்டும் துவஜங்களே போன்று விளங்கா நிற்கின்றன" என்றும் பொருள் கூறுவர்.

मित्रस्य वरुणस्य अग्नेः மித்ரன், வருணன், அக்னி என்றவற்றின் **चक्षुः** கண்ணெனும் **चित्रं** ஆச்சரியமான **देवानां अनीकं** கிரணஸமூகம் **द्यावा पृथिवी अन्तरिक्षं** ஆகாசம், பூமி, மத்யப்ரதேசம் இவை எங்கும் **आप्राः** நிறைந்து **उदगात्** பிரகாசிக்கின்றது. **सूर्यः** ஸர்வசோதகனாகிய பரமாத்மா **जगतः** அசைபொருள்களுக்கும் **तस्थुषः च** அசையாப் பொருள்களுக்கும் **आत्मा** ஆன்மாவாக விளங்குகின்றார்.

பரமாத்மாவே! உமது ஒளியே எல்லாவற்றையும் ஒளிரச் செய்கின்றது. நீரே எல்லாவற்றின் உயிருமாக இருக்கின்றீர்.

देवहितं ஸாதுக்களுக்கு ஹிதமானதும் **शुक्रं** பரிசுத்தமானதும் **उच्चरत्** பிரளயத்திற்குப் பின்னுமிருப்பதும் (நாசமின்றியதும்) **पुरस्तात्** சிருஷ்டிக்கு முன்னு முள்ளதும் (அனாதியானதும்) ஆகிய **तत् चक्षुः** அந்த ஸர்வாந்தர்யாமியாக ப்ரகாசிக்கும் ஒளியை **शरदः शतं** நூறாண்டு (வெகு காலம்) **पश्येम** காண்போமாக. **सूर्यं** ஸூரியனையும், **ज्योक् च** ஆன்ம வொளியையும் **दृशे** காணவேண்டி **शरदः शतं** நூறாண்டு **जीवेम** ஜீவித்திருப்போமாக. **नन्दाम** ஆனந்திப்போமாக. **मोदाम** சந்தோஷிப்போமாக. **शृणवाम** தத்துவச்ரவணம் செய்வோமாக. **अजीतास्याम** ஆன்மஹிதமில்லாதவைகளால் வெல்லப் படாதிருப்போமாக, அல்லது ஒருவராலும் துன்புறாமல் சுதந்திரம் பெற்று வாழ்வோமாக.

यः எவன் **महतः अर्णवात्** பெருங்கடலினின்று **उदगात्** உதயமாகி **सरिरस्य मध्ये** மேகமண்டலத்திற்கு இடையே **विभ्राजमानः** விசேஷமாக ப்ரகாசித்துக் கொண்டிருக்கிறானோ **वृषभः** தர்ம ரூபியும் **लोहिताक्षः** செங்கண்ணனும் (தேஜோ மய

ணும்) ஆகிய **सूर्यः** ஸூரியாந்தர்க்கதனாகிய பரமாத்மா **मा** என்னை **मनसा** தூயமனதால் **पुनातु** பரிசுத்தனு செய்யட்டும்.

கீழ்க்கடலில் உதயமாவது போன்று தோன்றி வானத்து ஒளியுடனும் சிவந்த கிரணங்களுடனும் விளங்கும் சூரியன் தனது திவ்ய சக்திகளையுடைய கிரணங்களால் எல்லோரையும் இன்புறச் செய்கின்றான். ஆதலால், “என்றும் ஒளிரும் ஒளியே! என்னைத் தூய்மை புரிந்து பேரானந்தமடையச்செய்” என்று பிரார்த்திக்கப் படுகிறது.

மாலையில் :—

इमं मे वरुण श्रुधी हवमद्या च मृडय । त्वामवस्युराचके ॥ तत्त्वा यामि ब्रह्मणा वन्दमानस्तदाशास्ते यजमानो हविर्भिः । अहेडमानो वरुणेह बोध्युरुशंस मा न आयुः प्रमोषीः ॥ [ஸம். 2-1-11.]

यच्चिद्धि ते विशो यथा प्र देव वरुण व्रतम् । मिनीमसि द्यविद्यवि । यत्किञ्चेदं वरुण दैव्ये जनेऽभिद्रोहं मनुष्याश्चरामसि । अचित्ती यत्तव धर्मा युयोपिम मा नस्तस्मादेनसो देव रीरिषः ॥ कितवासो यद्रिरिपुर्न दीवि यद्वा घा सत्यमुत यन्न विद्म । सर्वा ता विष्य शिथिरेव देवाथा ते स्याम वरुण प्रियासः ॥ [ஸம். 3-4-11]

இமம் மே வருண ஶ்ருதீ ஹவமத்யாச ம்ருடய । த்வாமவஸ்யுராசகே ॥ தத்வா யாமி ப்ரஹ்மணா வந்தமாநஸ்ததாஶாஸ்தே யஜமாநோ ஹவிர்பி: । அஹேடமாநோ வருணேஹ போத்யுருஶக்ம்ஸ மா ந ஆயு: ப்ரமோஷீ: ॥ யச்சித்திதே விஶோ யதா ப்ரதேவ வருண வ்ரதம் । மிநீமஸி த்யவி த்யவி । யத்கிஞ்சேதம் வருண தைவ்யே ஜநேபித்ரோஹம் மநுஷ்யா

ஶ்சராமஸி । அசித்தீ யத்தவ தர்மா யுயோபிம மா நஸ்தஸ் மாதேநஸோ தேவ ரீரிஷ: ॥ கிதவாஸோ யத்ரிரிபுர் ந தீவி யத் வாகா ஸத்யமுத யந்ந வித்ம । ஸர்வா தா விஷ்ய ஶிதிரேவ தேவாதா தேஸ்யாம வருண ப்ரியாஸ: ॥

वरुण *எங்கும் நிறைந்த பரமாத்மாவே!* **मे** *எனது* **इमं हवं** *இந்த ப்ரார்த்தனையை* **श्रुधी** *கேண்மின்* **अद्य** *இன்று, இப்பொழுது (எனது பிரார்த்தனையைக் கேட்டு)* **मृडय** *சுகவாளுகச் செய்மின்.* **अवस्युः** *ரக்ஷணையை* **त्वां** *உம்மை (உம்மிடம்)* **आचके** *யாசிக்கின்றேன்.*

எங்கும் விளங்கா நிற்கும் இறைவனே! என்மீது கருணை கூர்ந்து என்னைக் காத்தருள்வீர்.

तत् *அந்த ரக்ஷணையின் பொருட்டு* **ब्रह्मणा** *நீர் அருளிய வேதமந்திரங்களால்* **वन्दमानः** *நமஸ்கரித்துக் கொண்டு* **त्वा** *உம்மை* **यामि** *சரணமடைகின்றேன்.* **यजमानः** *வேள்வியன்* **हविर्भिः** *வேள்விகளால், பிரார்த்தனைகளால்* **तत्** *அந்த உமது ரக்ஷணையை* **आशास्ते** *பிரார்த்திக்கின்றான்.* **वरुण** *வருணனே!* **अहेडमानः** *பரிகாசம் செய்யாமல்* **इह** *இங்கு, இப்பிறவியில்* **बोधि** *ஞானத்தையருள்வீர்.* **उरुशंस** *புகழ்பெற்றோனே!* **नः** *எங்களது* **आयुः** *ஆயுளை* **मा प्रमोषीः** *குறைத்துவிடாதீர்.*

உமது ஆணைப்படியும், அறிஞர் வழியைக் கடைப் பிடித்தும் எங்களுக்குத் தெரிந்தவரை உள்ளன்புடன் உம்மை ப்ரார்த்திக்கின்றோம். உம்மை மகிழ்விக்கும் ஆற்றல் படைத்திலேமென்று நாங்கள் அறிவோம். ஆதலின் எங்களது ப்ரார்த்தனைகளைக் குறித்து ஏளனஞ் செய்யாது, இச் சமயம் நாங்கள் ஆனந்தமடையத் தகுதியற்றோராயினும், கருணை கூர்ந்து எமக்கு தீர்க்காயுள் அருளி இப்பிறப்பிற் றன்னே பேரானந்தமனுபவிக்கச் செய்மின்.

देव பிரகாசனுகிய **वरुण** வருணனே! **विशः यथा** (சிறியோர் செய்த பிழைகளைப் பொறுத்தருளும்) பெரியோர்போன்று **द्यविद्यवि** நாடோறும் **ते व्रतं** உமது ஆணையாகிய தர்மங்களை **प्रमिनीमसि** (எங்களது அறிவின்மையால்) மீறிநடந்திருப்பினும் **दैव्ये जने** திவ்ய குணங்களுடைய பெரியோரிடத்து **मनुष्याः** அறிஞரல்லாத நாங்கள் **यत्किञ्च** ஏதேனும் **इदं** இது போன்று **अभिद्रोहं चरामसि** அபசாரம் செய்திருப்பினும், **अचित्ती** அவிவேகத்தால் **तव** உம்முடைய **यत्** **धर्मा:** எந்த தர்மங்களையேனும் **युयोपिम** (யாம் செய்யாமல், பிறரையும் செய்ய வொட்டாது) அதிக்கிரமித்திருப்பினும் **तस्मात्** அக்காரணத்தால் **एनसः** பாபங்களோடு கூடிய **नः** எங்களை **मा रीरिषः** ஹிம்ஸிக்காதீர்.

कितवासः சூதாட்டக்காரர்களது **रिरिपुः यत्** வஞ்சனை போன்று **न दीवि** செய்யத்தகாதவைகளைச் செய்திருப்பினும், **यत् वा** அல்லது **अघासत्यं** தீது பொய் முதலியவற்றை இழைத்திருப்பினும் **उत** மற்றும் **यत्** எதையேனும் **न विद्म** அறியாமல் செய்திருப்பினும் **ताः सर्वाः** அவை எல்லாவற்றையும் **शिथिरा इव** சிறு திவலைகள்போன்று **विष्य** நசிக்கச் செய்மின். **अथ** பிறகு, இத்தீய குணங்களினின்று விலகி தூய்மையுற்று, **देव** ஒளியனே! **प्रियासः स्याम** உமது பிரியர்களாவோமாக.

எங்களது அறிவின்மையாலும், சிறுமையாலும் நாங்கள் செய்த குற்றங்கள் பலவற்றையும், வருணனே! தயை கூர்ந்து மன்னித்து, உமது கருணைக்குப் பாத்திரமாகச் செய்க; ஆத்ம ஞானத்தில் மூழ்கச்செய்மின்.

உபஸ்தான மந்திரங்களில், காலையில் மித்திரனென்றும், உச்சியில் ஸவிதாவென்றும், மாலையில் வருணனென்றும் பரமாத்மா துதிக்கப்படுகின்றார். எல்லாரிடத்தும் ஒருமை பாராட்டுந் தன்மையுடையராதலால் பரமாத்மா மித்திரன்

என்றும், அந்தகாரத்தில் உறங்கிக் கிடக்கும் ஜீவர்களுக்குப் புத்துயிர் அளிப்பதேபோன்று தனது கிரணங்களால் ஆனந்திக்கச் செய்வதால் சூரியனும் மித்ரனெனப்படுகின்றான். ஸவிதா என்றாலும் ஸூரியன் என்றாலும் பிரேரேபிக்கின்றவன் எனப் பொருள்படுமாதலால், அவரவர் தொழில்களை நடத்தத் தூண்டுவதுபோல விளங்குகின்ற ஸூரியனையும் குறிக்கும். ஸூரியன் சகல படைப்புகளிலும் விசேஷமானதாலும், அவனுடைய கிரணங்களாற்றான் சகல உயிர்களும் ஜீவித்திருக்கின்றமையாலும், சூரியனே ப்ரத்யக்ஷ தெய்வமாகத் தொழப்படுகின்றான். உண்ட ஆகாரம் ஜீர்ணமடைவதற்கு சூரியகிரணமே வேண்டியிருக்கிறது. சூரிய கிரணசக்தி குறைந்தால் அஜீர்ணம் முதலியவை ஏற்படுகின்றன. இதனாலேயே சூரியகிரணம் புவியிற்படாத, வானம் இருண்ட தினத்தை துர்தினமென்று பெரியோர் உரைக்கின்றனர். வருணனென்றால் சூழ்ந்திருப்பவன் எனப் பொருள்படுதலால் பரமாத்மாவுக்கும், ஆகாயத்திற்கும் பெயராம். இரவில் ஒளியிற்சிறந்த ஸூரியனைக் காண முடியாததால், பௌதிக சூரியனை விட்டு, எங்கும் சைதன்னியனாக விளங்கும் பரமாத்மா வருணனென்ற பதத்தால் துதிக்கப்படுகின்றார்.

திக்தேவதாதி நமஸ்காரம்.

திக்நமஸ்காரம்—

नमः प्राच्यै दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसन्त्येताभ्यश्च नमः ।

नमो दक्षिणायै दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसन्त्येताभ्यश्च नमः ।

नमः प्रतीच्यै दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसन्त्येताभ्यश्च नमः ।

नम उदीच्यै दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसन्त्येताभ्यश्च नमः ।

नम ऊर्ध्वायै दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसन्त्येताभ्यश्च नमः ।
नमोऽधरायै दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसन्त्येताभ्यश्च नमः ।
नमोऽवान्तरायै दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसन्त्येताभ्यश्च नमः ॥

[ஆர. 2-20.]

நம: ப்ராச்யை திஶே யாஶ்ச தேவதா ஏதஸ்யாம் ப்ரதி வஸந்த்யேதாப்யஶ்ச நம: । நமோ தக்ஷிணாயை திஶே + + + நம: । நம: ப்ரதீச்யை திஶே + + + நம: । நம உதீச்யை திஶே + + + நம: । நம ஊர்த்வாயை திஶே + + + நம: । நமோதராயை திஶே + + + நம: । நமோவான்தராயை திஶே + + + நம: ॥

“प्राच्यै दिशे *கிழக்கு திசைக்கு* नमः *நமஸ்காரம்.* एतस्यां प्रति *இத் திசையை நோக்கி* याः देवताः च *எந்த தேவதைகள்* वसन्ति *வஸிக்கின்றனவோ* एताभ्यः च *அந்த தேவதைகளின் பொருட்டும்* नमः *நமஸ்காரம்” என்று கிழக்கு திசையை நோக்கி நின்று துதிக்கின்றனர். இவ்வாறே மற்ற திசைகளுக்கும் அர்த்தத்தை ஊகித்துக் கொள்ளுக.*

ரிஷி நமஸ்காரம்—

नमो गङ्गायमुनयोर्मध्ये ये वसन्ति ते मे प्रसन्नात्मानश्चिरं जीवितं वर्धयन्ति । नमो गङ्गायमुनयोर्मुनिभ्यश्च नमो नमो गङ्गा-यमुनयोर्मुनिभ्यश्च नमः ॥ [ஆர. 2-20.]

நமோ கங்கா யமுநயோர் மத்யே யே வஸந்தி தே மே ப்ரஸந்நாத்மாநஶ்சிரம் ஜீவிதம் வர்த்தயந்தி । நமோ கங்கா யமுநயோர் முநிப்யஶ்ச நமோ நமோ கங்கா யமுநயோர் முநிப்யஶ்ச நம: ॥

गङ्गायमुनयोः கங்கை யமுனைக்கரைகளிலுள்ள **मुनिभ्यश्च** முனிவர்களுக்கும் **नमः** நமஸ்காரம். **गङ्गायमुनयोः मध्ये** கங்கை யமுனைகளுக்கிடையே **ये वसन्ति** எந்த முனிவர் வஸிக்கின்றனரோ **ते** அந்த **प्रसन्नात्मानः** ஆன்ம உன்னதி பெற்றவர்கள் **मे** என்னை **चिरं जीवितं** வெகுகாலம் ஜீவித்திருக்க **वर्धयन्ति** அநுக்கிரகிக்கின்றனர். முனிவர்கள் உபதேசித்த நூல்களைக் கற்று, அவைகளை அப்பியஸிப்பதால் பல துறைகளிலும் சுகமுறுகின்றோம் என்பதே.

தேவதாதி நமஸ்காரம்—

सन्ध्यायै नमः, सावित्र्यै नमः, गायत्र्यै नमः, सरस्वत्यै नमः। सर्वाभ्यो देवताभ्यो नमः, देवेभ्यो नमः ऋषिभ्यो नमः, मुनिभ्यो नमः। गुरुभ्यो नमः। मातृभ्यो नमः। पितृभ्यो नमः। आचार्येभ्यो नमः। सर्वेभ्यो ब्राह्मणेभ्यो नमः॥

ஸந்த்யாயை நம:, ஸாவித்ர்யை நம:, காயத்ர்யை நம:, ஸரஸ்வத்யை நம:। ஸர்வாப்யோ தேவதாப்யோ நம:, தேவேப்யோ நம:, ரிஷிப்யோ நம:, முநிப்யோ நம:। குருப்யோ நம:, மாத்ருப்யோ நம:, பித்ருப்யோ நம:, ஆசார்யேப்யோ நம:, ஸர்வேப்யோ ப்ராஹ்மணேப்யோ நம:॥

सन्ध्यायै नमः ஸந்தியையின் பொருட்டு நமஸ்காரம். இது போன்றே மற்றவைகளுக்கும் ஊகித்துக் கொள்ளுக.

க்ஷமாபணம்.

कामोऽकार्षीन्नमो नमः। [ஆர. 10 61 (6-61)]

मन्युरकार्षीन्नमो नमः। [ஆர. 10-62 (6-62.)]

காமோகார்ஷீந் நமோ நம:॥ மந்யுரகார்ஷீந் நமோ நம:॥

காம: விஷய இச்சை **अकार्षीत्** செய்தது ; **मन्यु:** மனத் தொழில் (கோபம், வெறுப்பு முதலியன) **अकार्षीत्** செய்தது என்று, தான் செய்த குற்றங்களை மன்னித்தருளுமாறு வேண்டுகின்றனர். அதாவது, "அஞ்ஞான வசத்தால் இச்சையும், இந்திரியங்களின் கொடிய செயல்களின் சம்பந்தமடைந்த மனமும் குற்றங்களை இழைத்தன. நான் அவற்றைக் குறித்து வருந்துகிறேன். ஆதலால், கருணைக் கடலே! அவைகள் செய்த குற்றங்களுக்காக என்னை வருத்தாதே. குற்றங்களை மன்னித்து என்னைக் காத்தருள்வாய்" என்று மெய்யன்புடன் வேண்டப்படுகிறது.

ஸ்தோத்ரங்கள்.

यां सदा सर्वभूतानि चराणि स्थावराणि च ।
सायं प्रातर्नमस्यन्ति सा मा सन्ध्याऽभिरक्षतु ॥

யாக்ம் ஸதா ஸர்வபூதானி சராணி ஸ்தாவராணி ச ।
ஸாயம் ப்ராதர் நமஸ்யந்தி ஸா மா ஸந்த்யாபிரக்ஷது ॥

[ஜங்கம ஸ்தாவரங்களாகிய ஸகல உயிர்களும், காலையிலும் மாலையிலும், எந்நேரமும் யாரை வணங்குகின்றனவோ அந்த தியானிக்கத் தகுதியுற்ற தேவி (ஸந்தியை) என்னைக் காத்தருள்க.]

शिवाय विष्णुरूपाय शिवरूपाय विष्णवे ।
शिवस्य हृदयं विष्णुः विष्णोश्च हृदयं शिवः ॥
यथा शिवमयो विष्णुरेवं विष्णुमयः शिवः ।
यथान्तरं न पश्यामि तथा मे स्वस्तिरायुषि ॥

ஶிவாய விஷ்ணுரூபாய ஶிவரூபாய விஷ்ணவே ।
ஶிவஸ்ய ஹ்ருதயம் விஷ்ணு: விஷ்ணோஶ்ச ஹ்ருதயக்ம் ஶிவ: ॥ யதா ஶிவமயோ விஷ்ணுரேவம் விஷ்ணுமய: ஶிவ: । யதாந்தரம் ந பஶ்யாமி ததா மே ஸ்வஸ்திராயுஷி ॥

[விஷ்ணு ரூபமாகிய சிவனுக்கும், சிவரூபமாகிய விஷ்ணுவுக்கும் நமஸ்காரம். சிவனது ஹ்ருதயம் விஷ்ணு. (அவ்வாறே) விஷ்ணுவின் ஹ்ருதயம் சிவனே. எங்ஙனம் விஷ்ணு சிவமயமோ அங்ஙனமே சிவன் விஷ்ணுமயம். எப்படி நான் வேற்றுமை காணவில்லையோ அப்படியே எனது ஆயுளில் சுகமுண்டாகுக.]

சிவனென்றும் விஷ்ணுவென்றும் வழங்கப்படுவன, ஒரே பரம் பொருளின் தொழிலை அனுசரித்த வேற்றுப் பெயர்களேயன்றி வேறல்ல என்பதைத் தெளிய உணர்த்துகின்றது. ஒன்றில் மற்றொன்றாய் பேதமின்றியிருப்பது போன்று பூர்ணஸுகமுள்ள தீர்க்காயுள் பிரார்த்திக்கப் படுகின்றது. அற்பாயுளில் ஸுகமும், அற்பஸுகத்தில் தீர்க்காயுளும் இல்லாமல் இரண்டும் பூர்ணமாக இருக்க வேண்டுமெனக் கோரலாகும்.

नमो ब्रह्मण्यदेवाय गोब्राह्मणहिताय च ।
जगद्धिताय कृष्णाय गोविन्दाय नमो नमः ॥

நமோ ப்ரஹ்மண்ய தேவாய கோ ப்ராஹ்மணஹிதாய ச ।
ஜகத்ஹிதாய க்ருஷ்ணாய கோவிந்தாய நமோ நம: ॥

[ஞானிகளின் அருட்பிரகாசனும், பசு, ப்ரம்மனிஷ்டர் முதலியோருக்கு ஹிதம் புரிவோனும், உலகிற்கு ஹிதமே செய்வோனும், வேதத்தை அருளியோனுமாகிய, பாபத்தைப் போக்கும் பரமாத்மாவின் பொருட்டு பன்முறை நமஸ்கரிக்கின்றோம்.]

उत्तमे शिखरे जाते भूम्यां पर्वतमूर्धनि । ब्राह्मणेभ्योऽभ्यनुज्ञाता गच्छ देवि यथा सुखम् ॥ स्तुतो मया वरदा वेदमाता प्रचोदयन्ती पवने द्विजाता । आयुः पृथिव्यां द्रविणं ब्रह्मवर्चसं मह्यं दत्वा प्रजातुं ब्रह्मलोकम् ॥ ஆர. 10-36.

உத்தமே ஶிகரே ஜாதே பூம்யாம் பர்வதமூர்த்தநி ।
ப்ராஹ்மணேப்யோப்யநுக்ஞாதா கச்ச தேவி யதா ஸுகம் ॥
ஸ்துதோ மயா வரதா வேதமாதா ப்ரசோதயந்தீ பவநே த்விஜாதா । ஆயு: ப்ருதிவ்யாம் த்ரவிணம் ப்ரஹ்மவர்ச்சஸம் மஹ்யம் தத்வா ப்ராஜாதும் ப்ரஹ்மலோகம் ॥

*उत्तमे என்ற மந்திரத்திற்கு முன்னரே பொருள் கூறப்பட்டுள்ளது. **वरदा** ஈகையிற் சிறந்தாளும், **वेदमाता** வேதங்களுக்கு அன்னையும் (வேதங்களை ஈன்றாளும்), **द्विजाता** இருபிறவியரெனும் அந்தணர்களை **पवने** தூய கருமங்களில் **प्रचोदयन्ती** பிரவர்த்திக்கச் செய்கின்றவளுமாகிய **त्वं** நீ **मया** என்னால் **स्तुतः** துதிக்கப்பட்டவளாய் **पृथिव्यां** இவ்வுலகில் **आयुः** தீர்க்காயுளையும், **द्रविणं** ஸத் கருமங்கள் செய்வதற்குப் போதிய திரவியமும், **ब्रह्मवर्चसं** பிரம்ம தேஜஸும் **मह्यं** எனக்கு **दत्वा** அருளி **ब्रह्मलोकं** உனது வாஸஸ்தானமாகிய பிரம்ம லோகத்திற்கு **प्रजातु** போமின்.*

नमोऽस्त्वनन्ताय सहस्रमूर्तये सहस्रपादाक्षिशिरोरुबाहवे ।
सहस्रनाम्ने पुरुषाय शाश्वते सहस्रकोटियुगधारिणे नमः ॥

நமோஸ்த்வநந்தாய ஸஹஸ்ர மூர்த்தயே
ஸஹஸ்ர பாதாக்ஷி ஶிரோருபாஹவே ।
ஸஹஸ்ரநாம்நே புருஷாய ஶாஶ்வதே
ஸஹஸ்ரகோடி யுகதாரிணே நம: ॥

[முடிவற்றவனும், ஆயிரம் (எண்ணிறந்த) உருவங்களை உடையோனும், ஆயிரம் பாதங்களையும், கண்களையும், சிரங்களையும், தொடைகளையும், புஜங்களையும் உடையோனுக்கு நமஸ்காரம்; ஆயிரம் பெயர்களை யுடையோனும் அழியாப்புருஷனும், ஆயிரங்கோடி யுகங்கள் தரித்து ஆளுகின்றவனுமாகிய பரமாத்மாவுக்கு நமஸ்காரம்.]

इदं द्यावापृथिवी सत्यमस्तु । पितर्मातर्यदिहोपब्रुवे वां । भूतं देवानामवमे अवोभिः । विद्यामेषं वृजनं जीरदानुम् ॥ ப்ரா. 2-8-4.

இதம் த்யாவாப்ருதிவீ ஸத்யமஸ்து। பிதர்மாதர் யதிஹோபப்ருவே வாம்। பூதம் தேவானுமவமே அவோபி:। வித்யாமேஷம் வ்ருஜனம் ஜீரதாநும் ॥

[தந்தைக்கு ஒப்பான த்யுலோகமே! அன்னையே போன்று விளங்கும் புவியே! உங்களைப் பிரார்த்திக்கின்ற எமது இந்த வசனம் உண்மையாக விளங்குக. எங்களுடன் கூட எல்லா பூத தேவதைகளையும் ரக்ஷியுங்கள். அதனுல் நாங்கள், தாபத்தை நீக்குவதும், ஜீவனேபாயம் விருப்பதுவுமாகிய அமுதை அடைவோமாக.]

सर्ववेदेषु यत्पुण्यं सर्वतीर्थेषु यत्फलम् ।
तत्फलं पुरुष आप्नोति स्तुत्वा देवं जनार्दनम् ॥

ஸர்வவேதேஷு யத்புண்யம் ஸர்வதீர்த்தேஷு யத்பலம்।
தத்ப்பலம் புருஷ ஆப்னோதி ஸ்துத்வா தேவம் ஜநார்தனம்॥

[ஸகல வேதங்களிலும் (வேதங்களைக் கற்றலால்) யாது புண்ணியம் உளதோ ஸகல தீர்த்தங்களிலும் (நீராடுதலால்) யாது பயன் உளதோ அப்பயனை, ஒளிரும் ஜனார்த்தனனைத் (பரமாத்மாவை) துதித்தலால் மனிதன் அடைகின்றான்.]

आकाशात्पतितं तोयं यथा गच्छति सागरम् ।
सर्वदेवनमस्कारः केशवं प्रतिगच्छति ॥

ஆகாஶாத் பதிதம் தோயம் யதா கச்சதி ஸாகரம்।
ஸர்வதேவ நமஸ்கார: கேசவம் ப்ரதிகச்சதி ॥

[வானத்தினின்று விழும் நீர் (முடிவில்) எங்ஙனம் ஸமுத்திரத்தை அடைகின்றதோ, அங்ஙனமே ஸகல தேவர்களுக்கும் இடும் நமஸ்காரம் (எவ்வுருவத்தோடாயினும், எப்பெயர் கொண்டாயினும் வழிபடினும் அவையெல்லாம்) முத்தொழில் நாயகனுகிய பரமாத்மாவை நாடியே அடைகின்றது.]

वासनाद्वासुदेवस्य वासितं ते जगत्रयम् ।
सर्वभूतनिवासोऽसि वासुदेव नमोऽस्तु ते ॥

வாஸநாத் வாஸுதேவஸ்ய வாஸிதம் தே ஜகத்ரயம் ।
ஸர்வபூத நிவாஸோஸி வாஸுதேவ நமோஸ்து தே ॥

[வாஸுதேவனாகிய உன்னுடைய வாஸத்தினால் மூவுலகும் புகழ்பெற்று விளங்குகிறது. நீ ஸகல உயிர்களுக்கும் இருப்பிடமாக இருக்கிறாய். எங்கும் விளங்காநிற்கும் ஒளியே! உன்னை நமஸ்கரிக்கின்றேன்.]

த்ராவிட ஆசாரணைப்படி, உபஸ்தான மந்திரங்களை ஓதி 'காமோகார்ஷீத்' மந்திரத்தையும் உரைத்த பின்னர் கீழ்க்கண்ட மந்திரத்தையும் ச்லோகங்களையும் ஓதுகின்றனர்.

ऋतꣳ सत्यं परं ब्रह्म पुरुषं कृष्णपिङ्गलम् ।
ऊर्ध्वरेतं विरूपाक्षं विश्वरूपाय वै नमः ॥ [ஆர. 6-12.]

ரிதக்ம் ஸத்யம் பரம் ப்ரஹ்ம புருஷம் க்ருஷ்ண பிங்களம் ।
ஊர்த்வரேதம் விரூபாக்ஷம் விச்வரூபாயவை நம: ॥

ऋतं ப்ரக்ருதிரூபனும் **सत्यं** உண்மைப் பொருளும் **कृष्णपिङ्गलं** வ்ருத்திக்ஷயஞ்செய்வோனும், **पुरुषं** பூரணனும் **ऊर्ध्वरेतं** பிரபஞ்சத்தைக் கடந்து தவத்திருப்போனும் (ஜிதேந்திரியனும்) **विरूपाक्ष** விசேஷ அழகுள்ள கண்ணனும் **परंब्रह्म** மேலோனும், பரமாத்மாவும் ஆகிய **विश्वरूपाय वै नमः** எங்கும் நிறைந்தோனுக்கு நமஸ்காரம்.

இம்மந்திரம், ஸாமான்னியமாக, ப்ரக்ருதியுடன் கூடிய ஈசனை (அர்த்தநாரீ ஸ்வரூபத்தை) குறிப்பதாகப் பொருள் கொள்ளப்படுகிறது.

नमस्सवित्रे जगदेकचक्षुषे जगत्प्रसूतिस्थितिनाशहेतवे ।
त्रयीमयाय त्रिगुणात्मधारिणे विरिञ्चिनारायणशङ्करात्मने ॥

நமஸ் ஸவித்ரே ஜகதேக சக்ஷுஷே
ஜகத்ப்ரஸூதிஸ்திதி நாஶ ஹேதவே ।
த்ரயீமயாய த்ரி குணாத்மதாரிணே
விரிஞ்சி நாராயணஶங்கராத்மநே ॥

[உலகிற்கு ஒரு கண்ணேபோன்றும், உலகின் படைப்பு இருப்பு, அழிவுகளுக்குக் காரணனும் முவ்வேதவுருவும், பிரம்மா, விஷ்ணு, சங்கரனென்ற முத்தொழிலுருவங்கொண்டோனுமாகிய ஸூரியனுக்கு (ஸூர்யாந்தர்க்கத பரமாத்மாவுக்கு) நமஸ்காரம்.]

ध्येयः सदा सवितृमण्डलमध्यवर्ती नारायणस्सरसिजासनसन्निविष्टः ।
केयूरवान्मकरकुण्डलवान् किरीटी हारी हिरण्मयवपुर्धृतशङ्खचक्रः ॥

த்யேய: ஸதா ஸவித்ருமண்டல மத்யவர்த்தீ
நாராயணஸ் ஸரஸிஜாஸந ஸந்நிவிஷ்ட: ।
கேயூரவாந் மகரகுண்டலவாந் கிரீடீ
ஹாரீ ஹிரண்மயவபுர் த்ருத ஶங்கசக்ர: ॥

[ஸூரியமண்டல மத்தியிலிருப்போனையும், தாமரை மணையில் வீற்றிருப்போனையும், தோளணிகளையும், மகரக்காதணிகளையும், கிரீடத்தையும், மாலைகளையும் அணிந்தோனையும், பொன்னிற மேனியனையும், சங்கு சக்கரங்களை ஏந்தியோனையும் நாராயணன் தியானிக்கத் தகுந்தவன். (அ-து அவ்வித ரூபத்தை தியானம் செய்கின்றேன்.)]

शङ्खचक्रगदापाणे द्वारकानिलयाच्युत ।
गोविन्द पुण्डरीकाक्ष रक्ष मां शरणागतम् ॥

ஶங்க சக்ர கதாபாணே த்வாரகா நிலயாச்யுத ।
கோவிந்த புண்டரீகாக்ஷ ரக்ஷ மாம் ஶரணாகதம் ॥

[சங்கு சக்ர கதைகளைக் கையிலுடையோனே! துவாரகையை நிலையமாகக் கொண்டோனே! அழிவிலானே! கோவிந்தனே! தாமரைக் கண்ணனே! உன்னைச் சரணடைந்த என்னைக் காத்தருள்வாய்.]

आकाशात्पतितं तोयं यथा गच्छति सागरम् ।
सर्वदेवनमस्कारः केशवं प्रतिगच्छति ॥

ஆகாஶாத்பதிதம் தோயம் யதா கச்சதி ஸாகரம் ।
ஸர்வதேவ நமஸ்கார: கேஶவம் ப்ரதிகச்சதி ॥

இதன் பொருள் முன்னரே கூறியுள்ளது.

அபிவாதனம்.

தன் பெயர் முதலியனவற்றைக் கூறி பணிந்து தொழுதலே அபிவாதனமாம். லௌகிக் வைதிக ஆன்ம அறிவை போதிக்கும் குரவர்களுக்கு முதலில் அபிவாதனஞ் செய்யவேண்டுமென்று ஸ்மிருதிகள் கூறுகின்றன. ஸந்தியாவந்தனத்தில் இவ்வபிவாதனம் பரமாத்மாவையே சாரும்.

अभिवादये [आङ्गीरस, आम्बरीष, यौवनाश्व त्र्यार्षेय/भार्गव, च्यावन, आप्नवान, और्व, जामदग्न्य पञ्चार्षेय] प्रवरान्वित [हरित-स/श्रीवत्स] गोत्रः [आपस्तम्ब/बौधायन] सूत्रः यजुश्शाखाध्यायी (श्रीकृष्ण) शर्मा नामाहं अस्मि भोः ॥

அபிவாதயே [ஆங்கீரஸ ஆம்பரீஷ, யௌவநாஶ்வ த்ர்யார்ஷேய/பார்கவ, ச்யாவன, ஆப்நவாந, ஔர்வ, ஜாமதக்ந்ய, பஞ்சார்ஷேய] ப்ரவராந்வித [ஹரித-ஸ/ஸ்ரீவத்ஸ] கோத்ர: [ஆபஸ்தம்ப/பௌதாயன]. ஸூத்ர: யஜுஶ்ஶாகாத்யாயீ (ஸ்ரீக்ருஷ்ண) ஶர்மாநாமாஹம் அஸ்மி போ: ||

[நமஸ்கரிக்கின்றேன். நான் [அங்கிரஸ், அம்பரீஷர், யுவநச்வர் என்ற மூன்று ரிஷி/ப்ருகு, ச்யவனர், அப்நவானர், ஊர்வர், ஜம

தக்ஷி என்ற ஐந்து ரிஷி] ப்ரவரத்தைச் சேர்ந்தோனும், [ஹரித/ஸ்ரீவத்ஸ] கோத்திரத்தோனும் [ஆபஸ்தம்பரது/போதாயனரது] ஸூத்திரத்தோனும் (யஜுர்வேத) சாகையை ஓதுவோனும் (ஸ்ரீகிருஷ்ணன் என்ற) பெயரையுடையோனுமாக இருக்கின்றேன், ஐய!

"நமஸ்கரிக்கின்றேன்" என்று முதற் கூறித் தன் பெயரையுரைத்த பின்னர் விளித்தல் வாசகங்கூற வேண்டும் என்ற மனுவசனத்திற் கிணங்க திராவிடர் மேற் கூறிய வாறு அவரவர்களுடைய ப்ரவரம், கோத்ரம் முதலியவற்றைக் கூறி அபிவாதனஞ் செய்கின்றனர். ஆந்திரரோ, 'தன் கோத்திரத்தையும், ஸூத்திரத்தையும் கூறிய பின்னர் நமஸ்கரிக்கவேண்டும்' என்ற ஸ்மிருதிக் கிணங்க கீழ்க் கண்ட முறையில் அபிவாதனஞ் செய்கின்றனர்.

चतुस्सागर पर्यन्तं गोब्राह्मणेभ्यः शुभं भवतु ॥

(वैश्वामित्र, दैवरात, औदल त्र्यार्षेय) प्रवरान्वित (शालावत-स) गोत्रः (आपस्तम्ब) सूत्रः (श्रीशङ्कर) शर्मा नामाहं भो अभिवादये ॥

சதுஸ்ஸாகர பர்யன்தம் கோப்ராஹ்மணேப்ய: ஶுபம் பவது॥

(வைஶ்வாமித்ர, தைவராத, ஔதல த்ர்யார்ஷேய) ப்ரவராந்வித (ஶாலாவத-ஸ) கோத்ர: (ஆபஸ்தம்ப) ஸூத்ர: (ஸ்ரீஶங்கர) ஶர்மாநாமாஹம் போ அபிவாதயே ॥

[நாற்கடல்வரையிலும் பசு, அந்தணர் இவர்களுக்கு நலமுண்டாகுக. (விச்வாமித்ரர், தேவராதர், உதலர் என்ற மூன்று ரிஷி) ப்ரவரத்தோனும், (சாலாவத) கோத்திரத்தோனும் (ஆபஸ்தம்ப) ஸூத்திரத்தோனும், (ஸ்ரீசங்கரன் என்ற) பெயருடையோனுமாகிய நான், ஐய! நமஸ்கரிக்கின்றேன்.]

பசுவும் அந்தணரும் உலக க்ஷேமத்திற்கு முக்கிய காரணமெனக்கருதி, அவர்களின் ஸ்வாகத்தை முதலில்

பிரார்த்திக்கின்றனர். பெரியோரைக் கண்டதும் பிராண சக்தி மேலெழும்பத் தொடங்குகிறது. அப்போது எழுந்து நமஸ்கரித்தலால் அப்பிராண சக்தி தன்னை மீண்டும் அடைகின்றது. பிராண சக்தி தன்னை விட்டுச் சிறிதும் அகலாதிருக்கவேண்டி செய்வதே அபிவாதனத்தின் கருத்தாம். கோத்ரப்ரவர ரிஷிகளின் பெயரை யுரைத்தலால் அவர்களுடைய பரம்பரையைச் சேர்ந்த நாமும் உன்னத நிலையை யடைய வேண்டுமென்ற நோக்கத்தை ஊட்டுகின்றது.

கோத்ரம் என்றால் மூல புருஷன், கூடஸ்தன் அல்லது பரம்பரை எனப் பொருள்படும். ஹரித கோத்திர மென்றால் ஹரிதர் என்ற ரிஷியின் பரம்பரையைச் சேர்ந்தோன் என்பதே பொருள். கோத்ரப் பெயரின் பின்னால் 'ஸ' என்ற எழுத்தைச் சேர்த்து ஓதவேண்டுமெனக் கூறுகின்றனர். அதற்கிணங்க ஹரித கோத்திரக்காரர் 'ஹரிதஸ' கோத்ர மென்றும், சாலாவத கோத்திரக்காரர் 'சாலாவதஸ' கோத்ர மென்றும் கூறுகின்றனர். காயத்ரீ தேவியின் கோத்திரத்தைக் கூறுமிடத்தும் 'ஸாங்க்யாயன-ஸ கோத்ர:' என்று குறிப்பிடப்பட்டுள்ளதை ஆந்திர ஆவாஹனமந்திரத்திற் காண்க.

ப்ரவரம் என்றால் சிரேஷ்ட மெனப் பொருள்படும். அதாவது கோத்ர ரிஷி எந்த ரிஷி பரம்பரையைச் சேர்ந்தவரோ அவர்களில் பிரஸித்தரான ரிஷிகளைக் குறிப்பிடலாகும். ப்ரவர ரிஷிகள், ஒருவரேனும், இருவரேனும், மூவரேனும், ஐவரேனுமாக இருப்பர். அப்போது முறையே ஏகார்ஷேய, த்வ்யார்ஷேய, த்ர்யார்ஷேய, பஞ்சார்ஷேய ப்ரவரம் என்ற அடைமொழிகள் சேர்க்கப்படும். நால்வர், அறுவர், எழுவர் கொண்ட (சதுரார்ஷேய, ஷஷ்டார்ஷேய, ஸப்தார்ஷேய) ப்ரவரங்களும் உண்டென்றும் அவை ஸந்த்யை முத

லிய ஸ்மார்த்த கர்மங்களில் மட்டும் உபயோகிக்கப்படுமென்றும் ப்ரவர நூல்கள் கூறுகின்றன. ப்ரவரங்களில் த்ர்யார்ஷேயமே அதிகம். அதற்கடுத்தது பஞ்சார்ஷேயம். மற்ற ப்ரவரங்களை யுடையவர் மிகவும் சொற்பமே. விஸ்வாமித்ரர், ஜமதக்னி, பாரத்வாஜர், கௌதமர், அத்ரி, வஸிஷ்டர், கஸ்யபர் என்ற இந்த மன்வந்தரத்திற்குள்ள ஸப்தரிஷிகளும், அகஸ்தியர், ப்ருகு, அங்கிரஸ் என்ற மூன்று ரிஷிகளும் ஆகிய இப்பதின்மரே கோத்ரப்ரவரங்கட்கு மூல ரிஷிகள் ஆவர். இவர்களின் ஸந்ததிகளே கோத்ரப்ரவர்த்தக ரிஷிகள்.

ஸமர்ப்பணம்.

कायेन वाचा मनसेन्द्रियैर्वा बुद्ध्यात्मना वा प्रकृतेस्स्वभावात् ।
करोमि यद्यत्सकलं परस्मै नारायणायेति समर्पयामि ॥

காயேந வாசா மநஸேந்த்ரியைர் வா,
புத்யாத்மநாவா ப்ரக்ருதேஸ் ஸ்வபாவாத் ।
கரோமி யத்யத் ஸகலம் பரஸ்மை,
நாராயணாயேதி ஸமர்ப்பயாமி ॥

[மெய், வாக்கு, மனவுறுப்புகளாலேனும்,புத்தியினாலும், ஜீவாத்மாவினாலேனும், இயல்பின் தன்மையினாலேனும் எவ்வெவற்றைச் செய்கின்றேனோ அவையாவும் நாரணன் பொருட்டேயென ஸமர்ப்பிக்கின்றேன்.] என்று அர்க்கியத்திற் போன்று ஜலம் வார்த்து, ஆசமனஞ் செய்யவேண்டும்.

இத்துடன் ஸந்தியோபாஸனம் முற்றுப் பெறுதலால், இறைவனைத் துணையாகக்கொண்டு உலக யாத்திரையை இனிது தொடங்கிச் சுகம் பெற்று, வாழ்வின் மேன்மையையும் அடைவோமாக.

ॐ तत् सत्